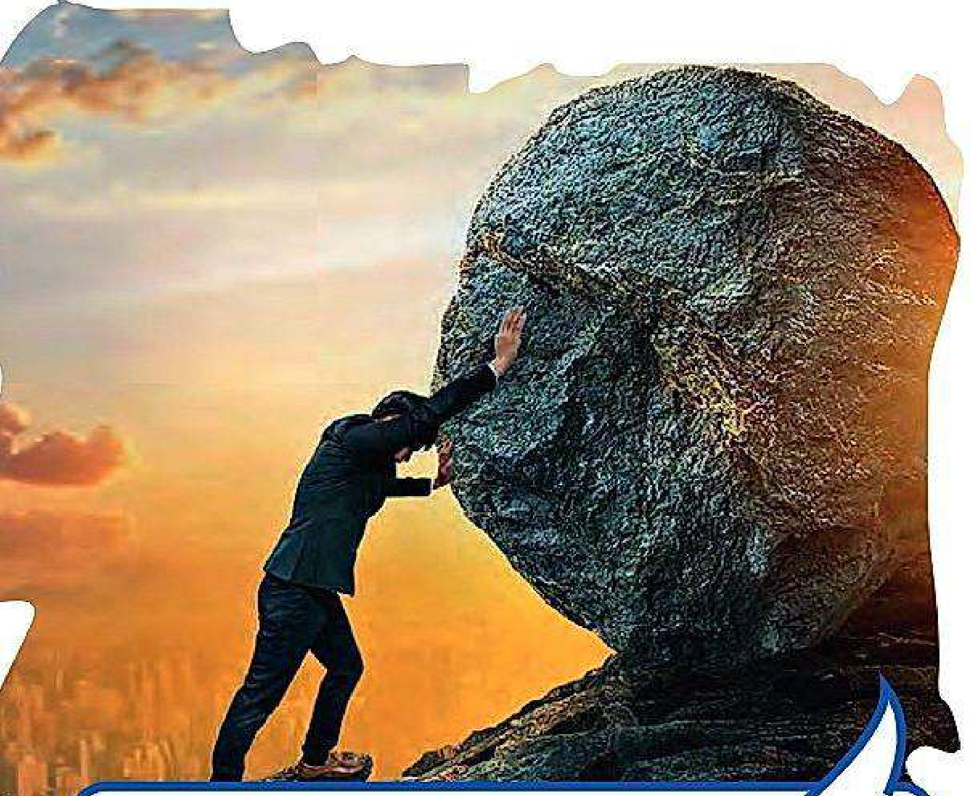
જીવનની સાચી સફળતા

+ વાઈબ્સ

ડો. જ્ઞાનવત્સલ સ્વામી



> **સવાલ બહારથી દેખાતી હાર-જીતનો નથી, પણ જ્યારે આપણે મુશ્કેલીઓથી ગભરાઈને પાછા વળી જઈએ છીએ ત્યારે આપણે પોતાની જાત ઉપર ‘લૂઝર’નું લેબલ લગાડી દઈએ છીએ**

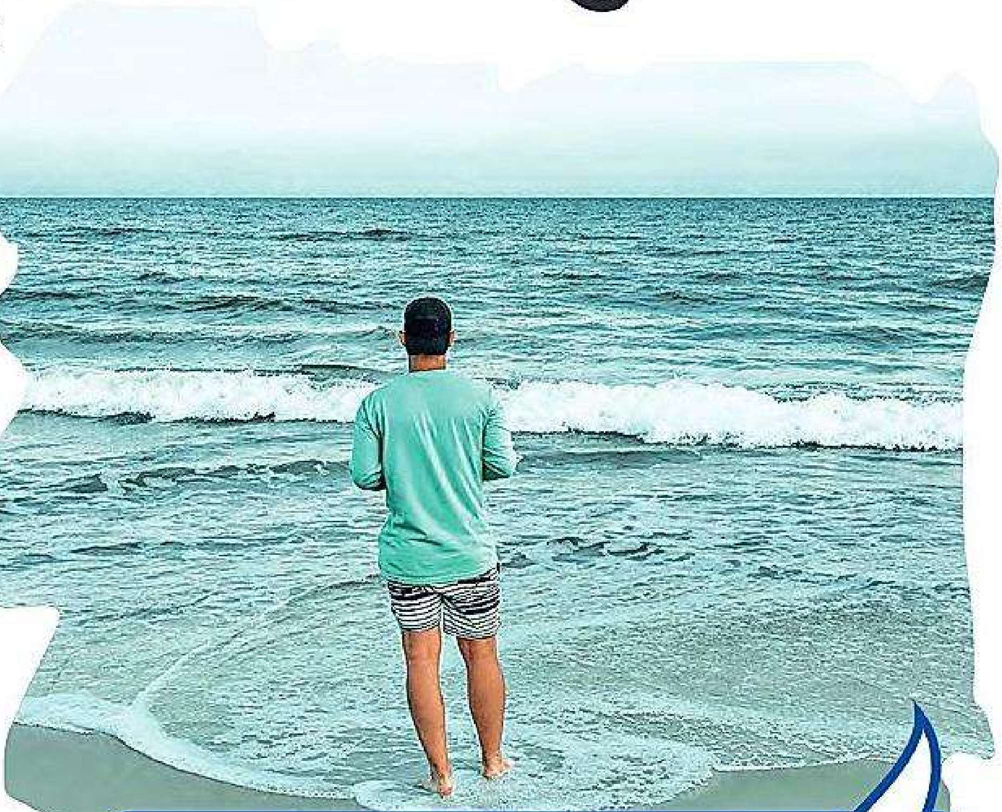
‘આરંભે શૂરા’ તે માનવની સહજ પ્રકૃતિ છે. નવા કાર્યના પ્રારંભમાં ઉત્સાહ આસમાને હોય. વિદ્યાર્થી નવું વર્ષ શરૂ થાય ત્યારે શ્રેષ્ઠ અભ્યાસના ભવ્ય સંકલ્પ કરે. નવી નોકરી હોય ત્યારે કાર્યક્ષમતા અને અસરકારકતા સર્વોચ્ચ જણાતી હોય. નવો ધંધો હોય તો આશાઓના મિનારા આભને આંબતા હોય, પણ જેમ જેમ સમય પસાર થતો જાય તેમ સોડાનો ઊભરો શમે તેમ ઉત્સાહ અને આશાઓનો ઊભરો પણ શમી જતો હોય છે. પરંતુ ભર્તૃહરિ નીતિશતકમાં લખે છે કે, ‘પ્રારબ્ધમુત્તમજના ન પરિત્યજન્તિ- ઉત્તમ લોકો ગમે તેવાં વિઘ્નો આવવા છતાં આરંભેલા કાર્યને ક્યારેય અધૂરું નથી છોડતા.’

બીજા વિશ્વયુદ્ધના ફાઈટર પાઈલટ લુઈસ ઝેમ્પરી યુનાઈટેડ સ્ટેટ્સ આર્મી એરફોર્સનો સભ્ય હતો. ૧૯૪૩માં તેના બોમ્બર પર હુમલો થયો ત્યારે તેણે બે વ્યક્તિના જીવ બચાવ્યા હતા. બીજા જ મહિને તેનું પ્લેન સમુદ્રમાં તૂટી પડ્યું. તેમાં બેઠેલા ૧૧માંથી ૮ માણસો મૃત્યુ પામ્યા. બાકીના ત્રણ માણસોએ દરિયામાં એક તરાપા પર ૪૭ દિવસ વિતાવ્યા. જે દરમિયાન એક વ્યક્તિનું મૃત્યુ થયું. ત્યાં અવારનવાર શાર્ક માછલી દ્વારા હુમલાઓ થતા અને બીજી બાજુ રાફ્ટમાંથી બહાર દેખાય તો જાપાની વિમાનો આકાશમાં તત્પર જ હતા. ૪૭મા દિવસે જાપાની નૌકાદળે તેમને શોધી લીધા અને કેદ કર્યા. જ્યાં સુધી યુદ્ધ પૂરું ન થયું ત્યાં સુધી અર્થાત્ બે વર્ષ સુધી એમને બંદી બનાવવામાં આવ્યા, મારવામાં આવ્યા, સખત ત્રાસ આપવામાં આવ્યો, ભૂખ્યા રાખવામાં આવ્યા. લુઈસ સતત મૃત્યુની અણી પર હતો. વળી, એક અધિકારી પણ લુઈસને જ નિશાન બનાવી તેને ત્રાસ આપવામાં કાંઈ બાકી નહોતો રાખતો, પણ તે હિંમત ન હાર્યો. લુઈસ સાથે થતો વ્યવહાર જોઈ બાકીના કેદીઓ પણ વિચારમાં ચડી જતા કે કોઈ આટલું બધું કેવી રીતે સહન કરી શકે? જ્યારે બીજું વિશ્વયુદ્ધ પૂર્ણ થયું ત્યારે લુઈસની તીવ્ર યાતનાનો અંત આવ્યો. પોતાના વતનમાં પાછા ફરી લુઈસે એક પુસ્તક ‘ડેવિલ એટ માય હીલ્સ’ લખ્યું. તેમાં લખ્યું છે કે, ‘I'd made it this far and refused to give up because all my life, I had always finished the race.’ ‘હું આ હદ સુધી કરી સહન શક્યો અને હાર્યો નહીં, કારણ કે મારી આખી જિંદગી દરમિયાન મેં દરેક રેસ પૂરી કરી છે.’ આર્મીમાં જોડાતાં પૂર્વે લુઈસ લોંગ ડિસ્ટન્સ રેસમાં દોડવીર હતો. ૧૯૩૬માં ઓલિમ્પિક્સમાં પણ તે ૫૦૦૦ મીટરની દોડમાં દોડ્યો હતો. ત્યારથી એના મનમાં એક વલણ હતું દરેક દોડને પૂરી કરવાનું. બસ! આ આત્મવિશ્વાસમાંથી પ્રગટ થઈ છે મરણની કગાર પર જીવંત રહેવાની શક્તિ. સવાલ બહારથી દેખાતી હાર-જીતનો નથી, પણ જ્યારે આપણે મુશ્કેલીઓથી ગભરાઈને, પથની દુર્ગમતા જોઈને પાછા વળી જઈએ છીએ ત્યારે આપણે પોતાની જાત ઉપર ‘લૂઝર’નું લેબલ લગાડી દઈએ છીએ, પણ જો પ્રતિકૂળતાઓની વચ્ચે પણ, ભલે ધીમા પણ મક્કમ ડગ માંડતા જઈએ તો ભવ્ય સફળતા કંકુ-ચોખા લઈને આપણને વધાવવા પ્રતીક્ષા કરતી હોય છે.

પ્રમુખસ્વામી મહારાજના ગુરુ યોગીજી મહારાજે સંકલ્પ કર્યો હતો કે યમુનાના કાંઠે મંદિર થાય. તે માટે સંસ્થા દ્વારા ૧૯૬૮થી જમીન સંપાદન માટે પ્રયત્ન થતા હતા, પરંતુ વર્ષો પર વર્ષો વીતી ગયાં પણ નિરાશા જ મળતી હતી. સૌ થાક્યા, કંટાળી ગયા, બીજા વિકલ્પ સૂચવવા લાગ્યા, પણ પ્રમુખસ્વામી મહારાજના મનમાં સ્પષ્ટ હતું કે કાર્ય પાર પાડવું જ છે. તેમણે શ્રદ્ધા અને ધીરજ રાખી પ્રયત્નો સતત ચાલુ રાખ્યા અને ૩૨ વર્ષ પછી ૨૦૦૦ની સાલમાં યમુનાના કાંઠે યોગ્ય જમીન મળી અને ત્યાં ૫ વર્ષના ટૂંકા સમયમાં પ્રમુખસ્વામી મહારાજે વિશ્વ અજાયબ સમા હિન્દુ મંદિરનું સંકુલ રચી પોતાના ગુરુના સંકલ્પને ભવ્ય શ્રદ્ધાંજલિ આપી. ૩૨-૩૨ વર્ષ સુધી વિઘ્નોની ઝડી વરસી, પણ પ્રમુખસ્વામી મહારાજે કાર્ય અધૂરું ન છોડ્યું.

જીવન પણ એક દોડ છે, જેની સમાપ્તિ કુદરતી રીતે નિશ્ચિત છે, પરંતુ તે અંતર્ગત નાની-મોટી સેંકડો દોડ આપણે પૂરી કરવાની છે. ભલે આપણે પહેલા હોઈએ કે છેલ્લા, સમય ઝાઝો લાગે કે થોડો, સફળતા મળે કે નિષ્ફળતા, પણ જો આપણે દોડ પૂરી કરી હશે તો આપણને સંતોષ રહેશે કે આપણા તરફથી સંપૂર્ણ પ્રયત્ન થઈ ચૂક્યો છે અને એ સંતોષમાં જ જીવનની સાચી સફળતા છુપાયેલી છે.

કયા કિનારા પર જવું છે ?



દુનિયામાં બે પ્રકારના માણસો જોવા મળે છે. એક કે જેને સમય, સંગ અને સંજોગો તેની નિયતિ સુધી ઢસડી જાય છે. આ લોકો 'GO With the Flow' જેવા હોય છે. જ્યાં ઢાળ મળ્યો ત્યાં ઢળી પડવાનું. ત્યાં કોઈ નિશાન નથી એટલે નિશ્ચિત દિશા પણ નથી. જાણે કે એક એવી હોડી કે જેને ખબર જ નથી કે મારે કયા કિનારા પર જવું છે. 'બસ! પ્રવાહ અને પવન જ્યાં લઈ જાય, તે કિનારે જિંદગી પૂરી કરી નાંખશું' તેવી માનસિકતા! જ્યારે બીજા વર્ગ એવો છે કે જેને યાત્રાના પ્રારંભમાં જ નક્કી કરી લીધું છે મારે કયા કિનારે પહોંચવું છે અને તે પ્રમાણે પવન અને પ્રવાહ સામે ઝીંક ઝીલતા તે આગળ વધી અને મંજિલ સુધી પહોંચે છે. આ વર્ગમાં એવા લોકોનો સમાવેશ થાય છે, જે નકશામાંથી નકશાઓ રચી દે છે. પછી તેમણે કંડારેલી કેડી માનવજાત માટે એક વરદાન બની રહે છે. જેના પર ચાલીને અનેક પોતાના લક્ષ્યને હાંસલ કરે છે.

આપણું લક્ષ્ય મહાન હશે તો જીવન પણ મહાનતા ભણી ગતિ કરશે, પરંતુ લક્ષ્ય સ્વકેન્દ્રી, માત્ર સુખસાહ્યબી અને પ્રતિષ્ઠા પૂરતું મર્યાદિત હશે, તો આપણી દુનિયા કૂવાના દેડકા જેટલી જ રહેશે, એટલે લક્ષ્ય પણ પરોપકારની ભાવનાથી જ નક્કી કરવું

આપણાં લક્ષ્ય કેટલાં ઉમદા અને મહાન છે તેના આધારે આપણી મહાનતાનું પરિમાણ નક્કી થાય છે. જીવનનું લક્ષ્ય નક્કી કરતી વખતે એક પરિકલ્પના ખૂબ મદદરૂપ થાય તેવી છે. 'સેવન હેબિટસ ઓફ હાઈલી ઈફેક્ટિવ પીપલ'માં સ્ટીફન કવિએ તેને આલેખી છે. કલ્પના એ કરવાની છે કે તમારા મૃત્યુ પછીની શ્રદ્ધાંજલિ સભા છે. તેમાં દિવ્ય દેહે તમે હાજર છો. અહીં બેઠેલા તમારા પરિવારજનો, મિત્રો, સહકર્મચારીઓ તમારા વિષે શું બોલે એવું તમે ઈચ્છો છો? શું અહીં તમારી સત્તા અને સંપત્તિની મોટી મોટી વાતો થાય તો તમને ગમશે કે પછી જીવન દરમિયાન તમે દર્શાવેલી કાર્યપ્રતિબદ્ધતા, માનવતા, વિનમ્રતા, સેવા, સમર્પણ જેવાં મૂલ્યોની વાતો થાય તે તમને ગમશે. આપણું જીવન વધારે સાર્થક શેમાં બનશે તે બાબતને નજર સામે રાખીને લક્ષ્ય નક્કી કરીએ.

+ વાઈબ્સ

ડો. જ્ઞાનવત્સલ સ્વામી

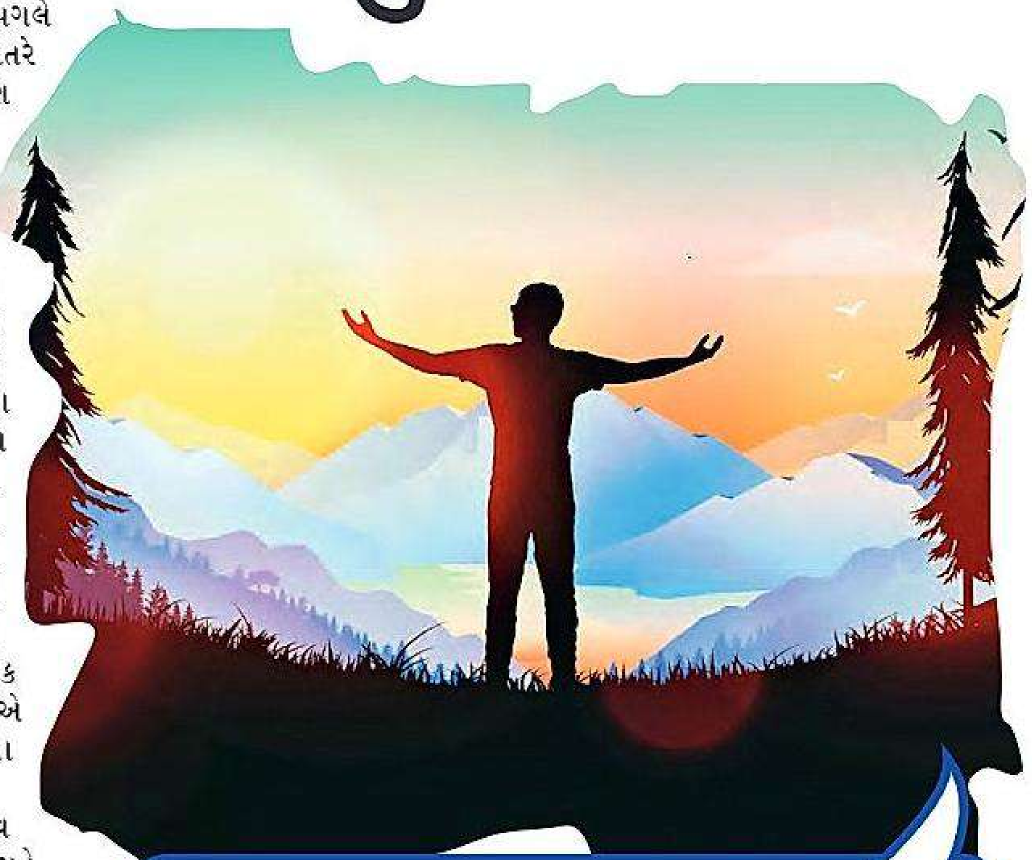
૧૩ ઓગસ્ટ, ૨૦૧૬ બ્રહ્મસ્વરૂપ પ્રમુખસ્વામી મહારાજનું ધામગમન થયું. માનવ ઈતિહાસની એ પ્રથમ ઘટના હતી કે કોઈના અંતિમ દર્શન માટે ૨૧ લાખ લોકો ઊમટી પડ્યા હોય, તે પણ સારંગપુર જેવા એક ખૂણાના ગામડામાં! તેમાં નાત, જાત, ધર્મ, જ્ઞાતિ, આસ્તિક, નાસ્તિક, ભક્ત, ભાવિક, ગરીબ, તવંગરના સીમાડાઓ વટાવી બધા જ આવી ચઢ્યા. કોઈ માતા પોતાના નવજાત શિશુને લઈને આવી, તો કોઈ વૃદ્ધ સ્ટ્રેચર પર સૂતાં સૂતાં આવ્યા. લાલ કિલ્લા પર ધ્વજવંદન કરીને પ્રધાનમંત્રી પધારી ગયા, તો આદિવાસી ગામડાંઓમાંથી બસો ભરીને આદિવાસી બંધુઓ પણ દોડી આવ્યા. ભાણગઢ ગામનો એક દિવ્યાંગ દિનેશ આવી ચઢ્યો. લોકોએ કહ્યું, 'આ લાખોની ભીડમાં ક્યાંય કચડાઈ જઈશ, રહેવા દે.' તેને જવાબ આપ્યો કે ભલે મને કદાચ દર્શન ન થાય, પણ મને સંતોષ રહેશે કે જે ભૂમિ પર પ્રમુખસ્વામી મહારાજનો અંતિમ દેહ હતો તે સમયે તે ભૂમિ પર હું હાજર હતો. આ ખેંચાણનું કારણ શું? પ્રમુખસ્વામી મહારાજ સમગ્ર જીવન એક મહાન લક્ષ્ય સાથે જીવ્યા હતા. બીજાને સુખી કરવાનું લક્ષ્ય, બીજાનો ઉત્કર્ષ કરવાનું લક્ષ્ય. તેમનો જીવનમંત્ર જ હતો કે 'બીજાના સુખમાં આપણું સુખ છે.' લાખોએ તેમના પ્રેમ, પ્રેરણા, હૂંફ, આશ્વાસન કે મદદનો અનુભવ કર્યો હતો, જે તેમને ખેંચી લાવ્યા.

આપણું લક્ષ્ય મહાન હશે તો જીવન પણ મહાનતા ભણી ગતિ કરશે, પરંતુ લક્ષ્ય સ્વકેન્દ્રી, માત્ર સુખસાહ્યબી અને પ્રતિષ્ઠા પૂરતું મર્યાદિત હશે, તો આપણી દુનિયા કૂવાના દેડકા જેટલી જ રહેશે. લક્ષ્ય નિઃસ્વાર્થ અને પરોપકારી હશે તો આપણી દુનિયા વૈશ્વિક થઈ જશે. યાદ રાખો પરોપકારી લક્ષ્ય શરૂઆતમાં તમને તકલીફ આપશે. તમને લાગશે કે તમે બધાં સાથે સારાં છો પણ બધાં તમારી સાથે સારાં નથી રહેતાં. બધાંને તમારી સાથે સ્વાર્થ પૂરતાં જ સંબંધ રાખવા છે એવો અનુભવ થશે પણ અંતે તો તમે કરેલો પરોપકારનો બદલો તમને મળશે જ. આવાં મહાન અંતિમોને નજર સમક્ષ રાખીને જીવન યાત્રાને આગળ ધપાવીએ, તો ચોક્કસ જીવન સંધ્યાએ સંતોષ હશે કે આપણું જીવન સાર્થક થયું અને લક્ષ્ય નક્કી કર્યા વગર આંધળી દોટ ભરી તો અંતે અંતરાત્મા પસ્તાવા સાથે પૂછશે કે, 'એક અદ્ભુત જિંદગી સાથે તેં આ શું કર્યું?' પસંદગી આપના હાથમાં છે.

તું તારું કર

+ વાઈબ્સ

ડો. જ્ઞાનવત્સલ સ્વામી



આ જ ક્ષણે તમે એક પ્રયોગ કરો. તમારી આજુબાજુ એક નજર ફેરવો, એ વિચાર સાથે કે 'મારા વ્યક્તિગત જીવન માટે મારે કંઈક શીખવું છે.' તમને ચોક્કસ કોઈ સારી પ્રેરણા મળશે. આગળ વધતાં પહેલાં એક પ્રયત્ન તો કરી જુઓ!

સંસ્કૃતમાં સુભાષિત છે 'પદે પદે ચ રત્નાનિ, યોજને રસકૂપિકાઃ ભાગ્યહીના ન પશ્યન્તિ બહુરત્ના વસુંધરા' આ વસુંધરામાં ડગલે ને પગલે અમૂલ્ય રત્નો પડ્યાં છે. યોજનાના અંતરે તો જાણે રસની કૂપિકાઓ પડી છે, પણ કરુણતા એ છે કે ભાગ્યહીન માણસો આ જોઈ શકતા નથી. જો વ્યક્તિ પોતાનાં આંખ, કાન અને મગજ ખુલ્લાં રાખે તો ભગવાને આપણી આજુબાજુ જીવનનાં અમૂલ્ય રહસ્યો મૂક્યાં છે તેને આપણે પામી શકીએ છીએ. આ એવી બાબતો છે કે જે આપણને દરેક ક્ષેત્રમાં પ્રગતિના નવા આયામો સુધી પહોંચાડે. જીવનની દશા અને દિશા બંનેમાં સકારાત્મક પલટો લાવે, પણ અચરજ એ છે કે આ અમૂલ્ય ખજાનો ખુલ્લો પડ્યો છે, પણ કેમ આપણી નજર પડતી નથી? તેનાં ઘણાં કારણો હોઈ શકે છે. પણ એક સબળ કારણ એ છે કે મનુષ્યની સ્વાભાવિક દૃષ્ટિ બીજામાં શું સુધારો કરવો જોઈએ તેની ઉપર રહેલી હોય છે, પોતાના સુધારા ઉપર નહીં!

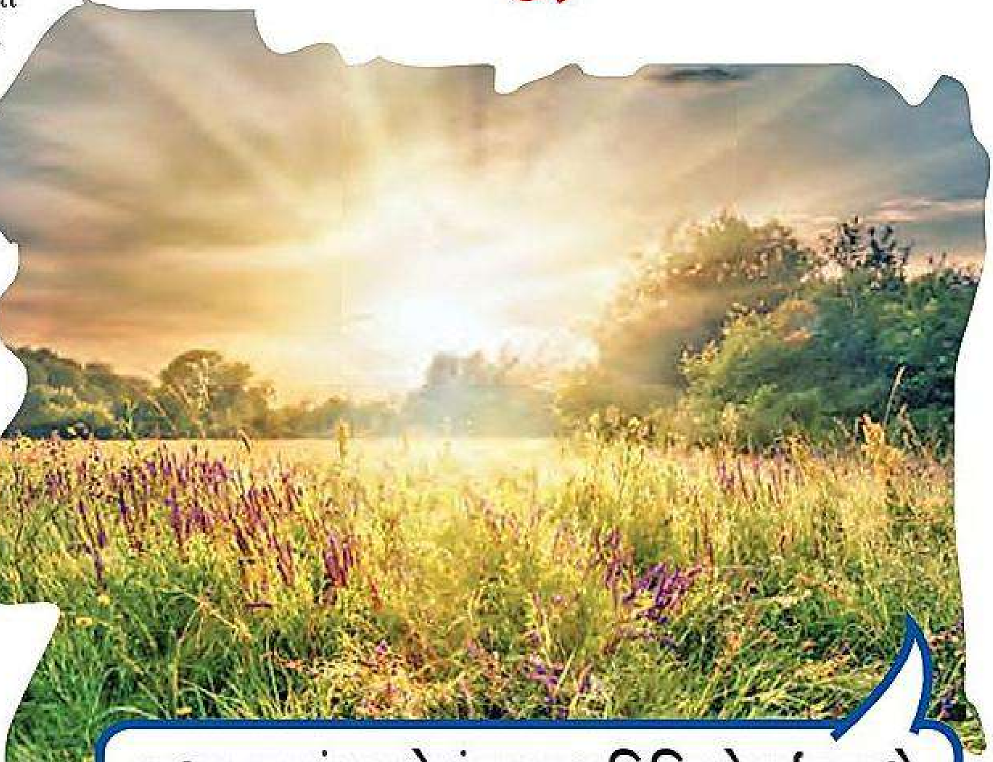
માનવમાત્રનો આ સહજ સ્વભાવ છે. આ દેશને શ્રેષ્ઠ રીતે ચલાવવા પ્રશાસને શું કરવું જોઈએ તેનાં અમૂલ્ય સૂચનો આપણી પાસે હોય છે. મિત્રવર્તુળમાં કોઈને ધંધામાં ખોટ કેમ ગઈ તેનાં ઠોસ કારણો આપણી પાસે મળી જાય. સગા-સ્નેહીમાં કોઈના વણસેલા સંબંધોની તિરાડો સાંધવા કઈ સમજણનું એમ-સીલ લગાડવું તેનું જ્ઞાન આપણે મફતમાં આપી શકીએ છીએ, પણ 'પરોપદેશે પાંડિત્યમ્' જો આપણા પોતાના જીવનમાં લાગુ પાડીએ તો ખરેખર જીવન નંદનવન બની જાય તેમ છે. જો આપણે 'સ્વ'ની ગોઠવણ સારી રીતે કરી દઈશું તો આપણું વિશ્વ તો સારી રીતે ગોઠવાઈ જશે.

આપણે આપણી આજુબાજુના સમાજનું, વ્યક્તિઓનું કે વાતાવરણનું અવલોકન કરીએ ત્યારે આપણું વલણ 'હું શું શીખી શકું?' તેવું રાખીએ તે વધુ લાભદાયક નીવડશે, પણ જો આપણું વલણ 'હું શું સૂચન કરી શકું?' એવું જ રહ્યું તો આપણે 'સારા સલાહકાર' થઈ શકીશું, પણ 'વધુ સારા માણસ' નહીં! ૨૦૧૭ની સાલમાં અમેરિકાના ભૂતપૂર્વ પ્રેસિડેન્ટ બરાક ઓબામા BAPS સંસ્થાના વર્તમાન સૂત્રધાર મહંતસ્વામી મહારાજને મળ્યા હતા. તે વખતે મહંત સ્વામી મહારાજે પોતાના એક મનપસંદ સુવાક્યની તેમની સાથે ચર્ચા કરી હતી, જે સૌ કોઈ માટે પ્રેરક છે. 'IT is nice to be Importanat, but it is more important to be nice' અર્થાત્ 'અગત્યના બનવું એ સારું છે, પણ સારા બનવું એ વધારે અગત્યનું છે' સારાં સૂચનો કરવાથી કદાચ આપણે લોકોની નજરમાં અગત્યના બનીશું, પણ તેથી વધારે અગત્યનું છે કે આપણે સારા બનીએ. તે માટે આપણે દૃષ્ટિ સ્વયં પર કરવી પડશે. આપણા જે જ્ઞાનનો લાભ આપણે અન્યને અર્થે કરીએ છીએ તેનો પ્રયોગ પોતાની પ્રયોગશાળામાં સ્વયં ઉપર કરીએ તો કેવું!

આ જ ક્ષણે તમે એક પ્રયોગ કરો. તમારી આજુબાજુ એક નજર ફેરવો, એ વિચાર સાથે કે 'મારા વ્યક્તિગત જીવન માટે મારે કંઈક શીખવું છે.' તમને ચોક્કસ કોઈ સારી પ્રેરણા મળશે. (આગળ વધતાં પહેલાં એક પ્રયત્ન તો કરી જુઓ!) વાતાવરણ એ જ છે, પણ જો વલણ બદલીએ તો જે ખજાનો અત્યાર સુધી અદૃશ્યમાન હતો, તેની પર દૃષ્ટિ પડે છે. ટૂંક જ સમયમાં આપણે જ્ઞાનના વૈભવથી અમીર થઈ જઈશું, પણ જરૂર છે કે હવે આપણે આપણને સુધારવાની ચિંતા કરીએ.

શ્રીમદ રાજચંદ્રનું એક ટૂંકુંટચ પણ હૃદયસ્પર્શી સૂત્ર છેઃ 'પર'માંથી ખસ, 'સ્વ'માં વસ, આટલું બસ! સવારે પડે ને બીજાને બદલવાના નહીં, પણ આપણી જાતને સુધારવાના વલણ સાથે જો આપણે જીવનના મેદાનમાં ઊતરીશું તો રાત્રે ઘરે પાછા ફરીશું ત્યારે કુદરતનો ખજાનો લૂંટીને આવ્યા હોઈશું. જોકે, તે રોકડો ખજાનો નથી કે તમે દુનિયાને બતાવી શકો, પણ એવું 'વિઝડમ' હશે કે જે આવનારા ભવિષ્યમાં મોટી કમાણી કરી આપશે. તેનો તાજો દાખલો આપ વાંચી રહ્યા છો એ લેખ છે, જે એક બાઈક પાછળ વાંચેલું માર્મિક અને વેધક સૂત્ર 'તું તારું કર' તેમાંથી તે જન્મ્યો છે, પણ જો લેખક એ બીજા પર લાગુ પાડે તો એ પણ પાછું કરુણ આશ્ચર્ય!

નવો સૂર્યોદય



સાહસ તમારાં ચરણોમાં અકલ્પ્ય સિદ્ધિઓ લઈ આવશે, પણ સાથે એ યાદ રાખવું ઘટે કે સાહસ કેવું કરવું. મહંતસ્વામી મહારાજ કહે છે, 'સારા ફળને આપે તેવું, ઉન્નતિ કરે તેવું અને ઉચિત હોય તેવું જ સાહસ કરવું

+ વાઈબ્સ

ડો. જ્ઞાનવત્સલ સ્વામી

આ દુનિયામાં સૌથી મૂલ્યવાન સ્થાન કયું? આ પ્રશ્નનો માર્મિક ઉત્તર આપતા એક ચિંતકે કહ્યું કે સ્મશાન. શા માટે? કારણ કે સ્મશાનની આ ભૂમિમાં કેટલાય લોકો તેમનાં અધૂરાં પણ અમૂલ્ય સપનાંઓ સાથે વિલીન થયા છે. આ દુનિયાને વધુ સુંદર બનાવી શકે તેવા ભવ્ય આવિષ્કારો, કારકિર્દીને વધુ ઉન્નત બનાવે તેવા game changer ideas, માનવમર્યાદાને ઓળંગી મનુષ્યજીવનને વધુ સમૃદ્ધ બનાવે તેવા revolutionary concepts પર કોઈનો વ્યક્તિગત ઈજારો નથી. સાધારણ લાગતા માણસના મન-મસ્તિષ્કમાં પણ દુનિયા બદલી શકે એવા વિચારોના ચમકારા થતા હોય છે, પણ બહુધા તે વિચારોને મનમાં જ સંગ્રહી સરેરાશ લોકો પોતાની જીવનયાત્રા સમાપ્ત કરે છે અને તે બિલિયન ડોલર્સના ideas સ્મશાનની ધૂળમાં સમાઈ જાય છે. શા માટે તે વિચારો આકાર પકડતા નથી? તેનાં ઘણાં પરિબળોમાંનું એક છે, સાહસનો અભાવ. મોટે ભાગે આવા ક્રાંતિકારી વિચારોનો જ્યારે જન્મ થાય છે ત્યાં જ 'નિષ્ફળતાની બીક' કે 'comfort zone'નું કોચલું તેની કતલ કરી નાંખે છે, પણ જો આપણે સમજદારીપૂર્વક સાહસ કરીને ઝંપલાવીએ તો બની શકે કે આપણું સાહસ વિશ્વને નવા સૂર્યોદયો દેખાડે. એક સાહસ આપણા જીવનની તાસીર ફેરવી નાંખે. કદાચ ઈતિહાસનાં પૃષ્ઠોમાં તે સુવર્ણાક્ષરે નોંધાઈ જાય!

ગાંધીજીએ ચપટી મીઠું ઉપાડવાનું સાહસ કર્યું તો આઝાદીની ચળવળમાં વેગ લાગી ગયો. સરદાર વલ્લભભાઈ પટેલે ૫૬૩ રજવાડાં એક કરવાનું સાહસ કર્યું તો આપણને અખંડ ભારતની ભેટ મળી. ૨૫ મે, ૧૯૬૧ના રોજ જ્હોન એફ. કેનેડીએ એક ઘોષણા કરી કે આ દાયકાના અંત સુધીમાં આપણે ચંદ્ર પર જઈ સાજાસમા પરત ફરીશું. આ સાહસસભર એક ઘોષણાથી ૧૯૭૦માં તો પૃથ્વીવાસીએ ચંદ્ર પર પગ મૂકી દીધો. સચિન તેંડુલકરે બોલિંગ છોડીને બેટિંગ પર હાથ અજમાવવાનું સાહસ કર્યું તો વિશ્વને God of Cricketનાં દર્શન થયાં. ખરેખર રચનાત્મક સાહસોથી ઈતિહાસની કરવટ બદલાય છે. માટે સાહસ કોઈ વિકલ્પ નથી, પણ ઉન્નતિનું અનિવાર્ય પાસું છે.

૨૦૦૨ની સાલમાં Guinness Book of world Recordsએ છેલ્લા એક હજાર વર્ષની ૨૦ સૌથી પ્રભાવશાળી વ્યક્તિઓની યાદી જાહેર કરી. આ યાદીમાં માત્ર બે જ ભારતીયો હતા, એક ગાંધીજી અને બીજા પૂજ્ય પ્રમુખસ્વામી મહારાજ. ગુજરાતના ચાણસદ જેવા ખૂણાના ગામડામાં જન્મેલ, કેવળ ૬ ધોરણ ભણેલ પ્રમુખસ્વામી મહારાજની આ જ્વલંત સફળતામાં પણ તેઓની સાહસિકતા ઝળકે છે. પરદેશની ધરતી પર ભારતીય સંસ્કૃતિના વિજયધ્વજ ફરકાવતા ગગનચુંબતાં ૮ ભવ્ય શિખરબદ્ધ મંદિરો તેઓના સાહસની સાક્ષી પૂરે છે. ૨૦૦૧ની સાલમાં ગાંધીનગર અક્ષરધામ પર આતંકવાદી હુમલો થવા છતાં ભારતની રાજધાની દિલ્હીમાં ૨૦૦ એકરની જમીન પર બીજું ભવ્ય અક્ષરધામ બનાવવાનું સાહસ. ભારતમાં સૌ પ્રથમ વખત IMAX ફિલ્મનું સર્જન કરી વિશ્વને તેઓએ ભારતની ભવ્યતાનાં દર્શન કરાવ્યાં. જે સમયે બોલિવૂડ ઈન્ડસ્ટ્રીમાં પણ કોઈ IMAX ફિલ્મના સાહસમાં સફળ નહોતું થયું તે સમયે સાવ અજાણ્યા દરિયે ડૂબકી મારવાનું કેવું ભવ્ય સાહસ! અયોધ્યા ખાતેના રામ મંદિરની પ્રથમ શિલાનું પૂજન કરતી તેમની છબી તેઓના સાહસિક વ્યક્તિત્વને જગછત્રાયું કરે છે. ગાંધીનગર અક્ષરધામનો લેઝર વોટર શો તે સમયે ભારતમાં સૌ પ્રથમ હતો. આધ્યાત્મિકતા અને ટેક્નોલોજીના સુભગ સમન્વયનું કેવું બેનમૂન સાહસ!

આવા તો કેટલાંય શકવર્તી કાર્યોને તેમણે ૮૦ વર્ષની વયમર્યાદા વટાવ્યા પછી આકાર આપ્યો છે! આ સાહસ નહીં તો બીજું શું?

સાહસ તમારાં ચરણોમાં અકલ્પ્ય સિદ્ધિઓ લઈ આવશે, પણ સાથે એ યાદ રાખવું ઘટે કે સાહસ કેવું કરવું. મહંતસ્વામી મહારાજ કહે છે, 'સારા ફળને આપે તેવું, ઉન્નતિ કરે તેવું અને ઉચિત હોય તેવું જ સાહસ કરવું. જે કેવળ પોતાના મનનું અને લોકોનું રંજન કરે તેવું સાહસ ન કરવું' દુનિયામાં લોકો જીવના જોખમે લોક રીઝવવા સાહસ કરે છે. અમુક ક્ષણોની તાળીઓ અને 'વાહ વાહ'થી વિશેષ તેમાં કંઈ સરતું નથી. માટે અહીં એવા સાહસની વાત નથી.

પ્રમુખસ્વામી મહારાજની કોઈ પણ કાર્ય પાછળની જીવનભાવના એ જ રહેતી કે જો આપણો હેતુ શુદ્ધ હશે તો ભગવાન આપણી સાથે રહેશે. માટે કોઈ પણ સાહસ કરતાં પૂર્વે તેનો હેતુ ચકાસી લેવો. લોકોને ખોટી રીતે દબાવીને કે પાછા પાડીને અનૈતિકતાના માર્ગે ચાલવાનું સાહસ બરબાદી નોતરશે અને સમજદારી રાખી યોગ્ય દિશામાં ઝંપલાવવાનું સાહસ કરીશું તો ચોક્કસ સફળતાના એક નવા વિશ્વમાં આપણે બહાર નીકળીશું.

વેલકમ ચેલેન્જિસ

+ વાઈબ્સ

ડો. જ્ઞાનવત્સલ સ્વામી

મહાભારતના યુદ્ધમાં અભિમન્યુનો વધ થયો. આ સમાચાર મળતાં જ અર્જુનને આઘાત લાગ્યો. અભિમન્યુના વધમાં મુખ્ય ભૂમિકા ભજવી હતી જયદ્રથે. પોતાના પુત્રને કૌરવોએ કપટથી માર્યો છે તે જાણતાં અર્જુને પ્રતિજ્ઞા કરી 'આવતી કાલના સૂર્યાસ્ત પહેલાં જો હું જયદ્રથનો વધ ન કરું તો હું અગ્નિસમાધિ લઈશ.' દુર્યોધને વ્યૂહરચના એવી તૈયાર કરી કે અર્જુન જયદ્રથ સુધી પહોંચી જ ન શકે. કૌરવ સેનાના અભેદ કિલ્લા જેવા મહારથીઓને જયદ્રથની આગળ કતારબદ્ધ ધરી દીધા. તેમ છતાંય અર્જુન યેન-કેન પ્રકારથી આખરે જયદ્રથ સુધી પહોંચ્યો અને તેનો વધ કર્યો. અર્જુનનો જયજયકાર થઈ ગયો. એ અરસામાં દુર્યોધન દુઃખી થઈ દ્રોણાચાર્ય પાસે ગયો. પ્રશ્ન પૂછ્યો, 'ગુરુ! આવું શા માટે? અમે બધા એક જ વર્ગમાં ભણતા હતા. એકસરખું જ્ઞાન મેળવતા હતા. આચાર્ય એવા આપ પણ સમાન હતા. છતાંય અર્જુન આટલો આગળ કેમ જતો રહ્યો અને હું પાછળ કેમ રહી ગયો?' ત્યારે દ્રોણાચાર્યે દુર્યોધનને કહ્યું, 'દુર્યોધન! તેનું કારણ છે - એક તો અર્જુન હંમેશાં સંઘર્ષમાંથી પસાર થઈને આગળ આવ્યો છે. એનો જન્મ જંગલમાં થયો, ત્રણ-ત્રણ વાર તો એણે વનવાસ કર્યો છે. એ ભટકી-ભટકીને મોટો થયો છે. એણે જીવનમાં કષ્ટો સહન કર્યાં છે. જ્યારે દુર્યોધન! તું રાજમહેલની સુંવાળી પથારી પર મોટો થયો છે. તને તો સંઘર્ષ શું છે તેનો અનુભવ પણ નથી અને જે માણસ કષ્ટો-સંઘર્ષ સહન ન કરે તેની પ્રગતિ ન થાય.'

'સંઘર્ષ- આપણે જેને દુઃખદાયક માનીએ છીએ તે જ વાસ્તવમાં જીવનનું અમૃત છે.'

રતન તાતાનું એક સુવાક્ય ખૂબ પ્રેરણાદાયક છે, 'સંઘર્ષો જીવનની પ્રગતિ માટે અનિવાર્ય છે. બાકી સ્થિર રેખા તો કાર્ડિયોગ્રામમાં મૃત્યુની સૂચક છે.' આશા, ઉત્સાહ, શૌર્ય, સાહસ, સંઘર્ષ વગરનું નાદારીભર્યું જીવન એટલે મૃત્યુની પ્રતીક્ષામાં થતો ટાઈમપાસ, પણ ખરા યોદ્ધાઓ તો એ છે જે નિષ્ફળતાની પછડાટોથી લોહીલુહાણ થયા પછી પણ મેદાન છોડતા નથી. તેમને થાકવું મંજૂર છે, પણ હારવું નહીં. તેમને ભાંગી પડવું મંજૂર છે, પણ પડ્યા રહેવું નહીં. તેવા વિરલાઓની સામે તકદીર પણ તોબા પોકારી ઊઠે છે.

માઈકલ જોર્ડન અમેરિકાનો વિશ્વપ્રસિદ્ધ બાસ્કેટ બોલ પ્લેયર. એક અરસામાં આખું અમેરિકા તેની રમત પાછળ પાગલ હતું. લોકોની દૃષ્ટિએ જોર્ડન હંમેશાં સફળતાનાં શિખરો જ સર કરતો આવ્યો છે, પણ જોર્ડન પોતાના વિશે કહે છે, 'મેં મારા જીવનમાં ૯૦૦થી વધુ shots ગુમાવ્યા છે, ૩૦૦ ગેમ હાર્યો છું અને ૨૬ વખત એવું બન્યું છે કે લોકોને મારા પર વિશ્વાસ હતો કે જોર્ડન શોર્ટ લગાવશે અને આપણે જીતી જઈશું, પણ હું નિષ્ફળ ગયો હોઉં. હું મારા જીવનમાં વારે વારે નિષ્ફળ ગયો છું અને એના પરિણામે જ હું સફળ થયો છું.'

> **સંઘર્ષનો સહર્ષ સ્વીકાર અને મરણિયા થઈને લડવાની તૈયારી હોય તો શોકમય જીવનમાં હર્ષનો ગુલાલ ભરાઈ જાય છે, બસ એ હિંમત તમારામાં હોવી જોઇએ, જો એ સમયે હિંમત હાર્યા તો ગયા સમજો**

ભગવાન સ્વામિનારાયણ હોય કે ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ, મહાત્મા ગાંધી હોય કે નેલ્સન મંડેલા, સ્ટીવ જોબ્સ હોય કે સચિન તેંડુલકર, તુકારામ હોય કે મીરાંબાઈ. ક્ષેત્ર કોઈ પણ હોય પણ સંઘર્ષ તો બધાએ અનુભવ્યો છે.

૨૦૦૦ની સાલમાં ડોટકોમ ક્રેશ થયો અને સોફ્ટવેર ઈન્ડસ્ટ્રીઝ તૂટી. સિસ્કો નામની અમેરિકન કંપનીનું રેવન્યું ૬૫૦ અબજ ડોલરથી તૂટીને ૧૨૫ અબજ ડોલર થયું. કંપનીના માથે જાણે આભ તૂટી પડ્યું, પણ તેની બોર્ડ ઓફ ડિરેક્ટરની મીટિંગમાં જોન ટી ચેમ્બર્સ ઊભા થયા અને કહ્યું, 'I Will bring back the company to its according, back to its height and shine. અને જાહેરાત કરી કે હું વર્ષે એક જ ડોલરનો પગાર લઈશ. કરોડો ડોલરના પગારને લાત મારી દીધી. તેની સમર્પણ વૃત્તિથી સમગ્ર કંપનીમાં ચેતન આવી ગયું. ૬ વર્ષમાં તેણે કંપનીને પુનઃ તેની ઊંચાઈ પર મૂકી દીધી.

સંઘર્ષનો સહર્ષ સ્વીકાર અને મરણિયા થઈને લડવાની તૈયારી હોય તો શોકમય જીવનમાં હર્ષનો ગુલાલ ભરાઈ જાય છે.

પ્રમુખસ્વામી મહારાજ એક સુંદર દૃષ્ટાંત આપતા. ખંભાત પાસે અકીકના પથ્થરોને ચમકદાર અને લીસા બનાવવા માટે એક કોથળામાં ભરવામાં આવે. પછી કોથળાનું મોઢું બંધ કરી તેને જોરથી હલાવવામાં આવે. વારંવાર થતા ઘર્ષણથી ખરબચડા પથ્થર લીસા અને ચમકદાર બને છે. સંઘર્ષો આપણને વધુ સુંદર અને ચમકદાર બનાવશે. એટલે જ મુશ્કેલીઓને પ્રેમથી આવકારીએ.

‘કાલે’ નહિ ચાલે

Let's do it TODAY..!

> **જે તમે કરી શકો છો અથવા જે કામ કરવા માટે તમે સ્વપ્ન સેવો છો તેની શરૂઆત કરી દો. સાહસમાં એક શક્તિ છે, જાદુ છે, પ્રતિભા છે. મગજને એક ધક્કો મળશે પછી કાર્ય એની જાતે સંપન્ન થવા માંડશે.’**

+ વાઈબ્સ

ડો. જ્ઞાનવત્સલ સ્વામી

‘આભને આંબવાનાં સપનાં તો છે, પણ ઉતાવળ કરવી નથી.’ ‘જીવનમાં બદલાવ તો લાવવો છે, પણ થોડી જવાબદારીઓ હળવી થયા પછી.’ ‘આ વખતે પરીક્ષાની શ્રેષ્ઠ તૈયારી કરવી છે, પણ આવતી કાલથી.’ ‘સંબંધો સુધારવા તો છે, પણ એ સમજે અને યોગ્ય સમય આવે ત્યારે.’

ભગવાનની કૃપા છે કે માનવમાત્રને સમયાંતરે શુભ પ્રેરણાઓની અંતઃસ્ફુરણા થતી રહે છે, પણ મનુષ્યમાં રહેલી ‘કાર્યને ઠેલવાની’ વૃત્તિ શુભ સંકલ્પોનાં પૂતળાં બનાવી દે છે. શુભ વિચારો પર કોઈનો ઈજારો નથી. એ તો ભગવાનની દેન છે. વિશ્વમાં દરરોજ અબજો માણસોને રચનાત્મક અને ક્રાંતિકારી વિચારોની પ્રેરણાથી થતી હશે, પરંતુ ‘કાલે’, ‘હમણાં નહીં’, ‘પછી કરીશું’ જેવા ઘાતક શબ્દો (શસ્ત્રો!) એ ભવ્ય સ્વપ્નાંઓની હત્યા કરી નાખે છે અને તે અસાધારણ વિચારોને મનમાં ને મનમાં સંગ્રહી લોકો સાધારણ વ્યક્તિ તરીકે આ પૃથ્વી પરથી વિદાય થઈ જાય છે. પ્રસિદ્ધ ચિંતક ગેટે કહ્યું છે, ‘what you can do, or dream you can do, begin it. Boldness has genius, power and magic in it. Only engage and then the mind grows heated- Begin it and the work will be completed’ ‘જે તમે કરી શકો છો અથવા જે કામ કરવા માટે તમે સ્વપ્ન સેવો છો તેની શરૂઆત કરી દો. સાહસમાં એક શક્તિ છે, જાદુ છે, પ્રતિભા છે. મગજને એક ધક્કો મળશે પછી કાર્ય એની જાતે સંપન્ન થવા માંડશે.’ બસ જરૂર છે કાલે કરીશુંની વૃત્તિને ચિરવિદાય આપવાની અને શરૂઆત કરવાના ‘સાહસ’ની. ‘પછી કરીશું’માં વિલંબ છે, અનિશ્ચિતતા છે, દુવિધા છે, અવિશ્વાસ છે. જ્યારે ‘આજે’ અને ‘અત્યારે’માં નક્કરતા છે, તરવરાટ છે, આશા છે, ઉત્સાહ છે, શૌર્ય છે. ‘કાલે’માં વૃદ્ધત્વ છે, ‘આજે’માં યૌવન છે. ‘આજે અને અત્યારે’નો મંત્ર અકલ્પનીય ચમત્કારો સર્જી શકે છે.

શું કોઈ કલ્પના કરી શકે કે, ગુજરાતના અંતરિયાળ ગામડાનો છોકરો ગિનિસ વર્લ્ડ રેકોર્ડ દ્વારા પ્રકાશિત થયેલ છેલ્લા ૧૦૦૦ વર્ષના સૌથી પ્રતિભાશાળી ૨૦ વ્યક્તિઓની યાદીમાં સ્થાન ધરાવતો હોય? શું કોઈ કલ્પના કરી શકે માત્ર ૭ ધોરણ ભણેલ એક ખેડૂતપુત્ર UNOના મહાસદનમાંથી વિશ્વને શાંતિ અને સંવાદિતાનો સંદેશ આપતો હોય? શું કોઈ કલ્પના કરી શકે કે ગામડાના નળિયાંવાળા ઘરમાં ઉછરેલા બાળકને ગિનિસ બુક ઓફ વર્લ્ડ રેકોર્ડ ‘માસ્ટર બિલ્ડર’ના બિરુદથી સન્માને? આવાં તો અનેક આશ્ચર્યોની હારમાળા રચાઈ છે વિશ્વવંદનીય સંત પરમ પૂજ્ય પ્રમુખસ્વામી મહારાજના જીવનમાં. ૯૫ વર્ષના જીવનકાળ દરમિયાન સેંકડો વર્ષોનું કાર્ય કરનાર પ્રમુખસ્વામી મહારાજની અદ્વિતીય સિદ્ધિઓથી વિશ્વ અચંબિત છે, પરંતુ આ જ્વલંત સફળતા પાછળનાં અનેક કારણોમાંનું એક કારણ છે એમના જીવનકોષમાં ‘ચાલે’ અને ‘કાલે’ જેવા ઘાતક શબ્દોને સ્થાન જ ન હતું.

તેઓ ‘આજનું કામ આજે કરીએ’ એ મંત્રને વરેલા હતા. સાડા સાત લાખથી વધુ પત્રોને વાંચીને તેનો પ્રત્યુત્તર આપનાર તેઓના જીવનમાં કેવી કાર્યપ્રતિબદ્ધતા હશે! એક વખત પત્રોની એક થપ્પીના જવાબો પૂર્ણ થયા બાદ તેઓ પેનનું ઢાંકણ બંધ કરી નીચે મૂકવા જતા હતા, ત્યાં જ સેવક સંતે બીજી થપ્પી તેઓના હાથમાં આપી. પેનનું ઢાંકણ ખોલી તેઓએ ફરી લખવાનું શરૂ કર્યું. ત્યાં ઉપસ્થિત એક સંતે કહ્યું, ‘સ્વામી! હમણાં રહેવા દો ને? થોડો આરામ કરો પછી પત્રોના જવાબ આપજો’ ત્યારે પ્રમુખસ્વામી મહારાજે પ્રત્યુત્તર વાળ્યો ‘પત્ર લખનાર કાગડોળે જવાબની રાહ જોતા હોય અને આપણે બેસી રહીએ કેમ ચાલે? આમ પણ અત્યારે આ થપ્પીનો જવાબ નહીં આપું તો આવતી કાલે બીજા નવા કાગળ ઉમેરાશે એટલે આ થપ્પી વધુ મોટી થશે. માટે આજનું કામ આજે જ કરી લેવું સારું.’ પ્રમુખસ્વામી મહારાજના શબ્દોમાં કોઈ ઝાકઝમાળ નથી, પણ શ્રેષ્ઠ જીવન જીવવાની સહજ અને નક્કર શૈલી છે. તેઓ કહેતા, ‘અત્યારે જે કામ કરવાનું હોય તે એક સેકન્ડ પછી કરવાનો વિચાર આવે તે પણ આળસ છે.’ આ જ ખાસિયત છે મહાન પુરુષોની.

યાદ રહે કે કાલ ઉપર આપણો કોઈ અધિકાર નથી. આપણા હાથમાં વર્તમાન છે. ‘કાલ’ના વાયદા છોડી ‘આજે’ અને ‘અત્યારે’માં જીવનને ભરીએ. કોઈ પણ કામને ઠેલ્યા વગર સત્વરે કરવાની વૃત્તિ રાખીએ. ‘It's NOW NEVER- ‘અત્યારે નહીં તો પછી ક્યારેય નહીં.’

મારી પાસે સમય નથી

+ વાઈબ્સ
ડો. જ્ઞાનવત્સલ સ્વામી

સમયનું યોગ્ય મેનેજમેન્ટ ન હોવાને કારણે અનેક કંપનીઓ ફડચામાં જાય છે, હજારો યુવાનો નિષ્ફળ જીવન જીવે છે અને લાખો પરિવારોમાં ભંગાણ પડ્યાં છે

માણસ માત્રના જીવનમાં સંબંધોનું ખૂબ મહત્ત્વ છે. માતા-પિતા, પત્ની, પુત્રો, મિત્રો વગેરે સાથે આપણે કેવા સંબંધો છે તેનો આપણી સુખાકારી પર ઊંડો પ્રભાવ હોય છે. સંબંધો સારા હશે તો સુખ. સંબંધો કડવા હશે તો દુઃખ અને સંબંધોની તંદુરસ્તી ટકાવવા માટે એકબીજાને સમય આપવો અત્યંત અનિવાર્ય છે, પરંતુ પ્રશ્ન ત્યાં જ છે. આપણી પાસે સમય જ ક્યાં છે?

આ પૃથ્વી પર જન્મેલા હાઈટેક યુગના પ્રત્યેક વ્યક્તિને તમે પૂછો તો પ્રત્યેક સમયની સખત ખેંચમાં જીવતા હશે. 'મારી પાસે સમય નથી' આ વાક્યપ્રયોગ વ્યવહારમાં સહજ થઈ ગયો છે, પરંતુ શું ખરેખર આપણે સમયની ખેંચમાં છીએ? કહેવાયું છે કે 'A busy man can always find time, but a lazy man can never.' અર્થાત્ 'હંમેશાં વ્યસ્ત માણસને સમય મળી શકે છે, પરંતુ આળસુ માણસને ક્યારેય સમય મળી શકે નહીં.' માટે વિચાર કરવો પડે કે આપણી પાસે સમય નથી કે સમયનું આયોજન નથી? ખરેખર કડવી વાસ્તવિકતા તો એ છે કે નકામી અને નિરર્થક પ્રવૃત્તિઓ પાછળ આપણે કલાકો ફાળવી દઈએ છીએ અને જ્યારે અગત્યની બાબતોની વાત આવે ત્યારે બોલી દઈએ કે મારી પાસે સમય નથી. સમય તો છે, આયોજન નથી.

સમયનું યોગ્ય મેનેજમેન્ટ ન હોવાને કારણે અનેક કંપનીઓ ફડચામાં જાય છે, હજારો યુવાનો નિષ્ફળ જીવન જીવે છે અને લાખો પરિવારોમાં ભંગાણ પડ્યાં છે. સમયનું થોડું આયોજન થાય તો એ બધું અટકી શકે.

એક દિવસમાં એલન મસ્ક કે અંબાણી પાસે ૨૪ કલાક જ હોય છે, પ્રધાનમંત્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદી પાસે પણ ૨૪ કલાક જ હોય છે અને આપણી પાસે પણ ૨૪ કલાક, પરંતુ એ લોકો ૨૪ કલાકનો ઉપયોગ કેવી રીતે કરે છે અને આપણે કેવી રીતે કરીએ છીએ ત્યાં તફાવત પડી જાય છે. સફળ માણસો પાસે જુદી મિનિટો કે જુદી સેકન્ડો નથી હોતી, પણ તે લોકો જે પણ મિનિટ મળી છે તેને જુદી રીતે વાપરી જાણે છે.

વોરન બફેટે કહેલું કે, 'સાંજે છ વાગે એટલે હું પેન ટેબલ ઉપર મૂકી ઊભો થઈ જઉં છું અને મોબાઈલ ફોન ઓફ કરી દઉં છું.' બહુધા છ વાગ્યા પછીનો સમય તેઓ પરિવાર સાથે વિતાવતા. આ ખૂબ હિંમત માંગી લે તેવો નિર્ણય છે. તેના માટે કાળજું કઠણ કરી સ્વયં પર નિયંત્રણો લાદવાં પડે. આપણો સૌથી વધુ સમય ખાઈ જતો હોય તો એ છે 'મોબાઈલ.' આપણે ગમે ત્યાં બેઠા હોઈએ પણ દર ત્રીજી મિનિટે આપણો હાથ જો મોબાઈલને અડે નહીં તો આપણે ડિસ્ચાર્જ થઈ જઈએ. આપણને ફાજલ સમય મળે એટલે ઈન્ટરનેટ, whatsApp કે You Tube પર ટાઈમપાસ કરવો એ સમયનો નિરર્થક બગાડ છે.

સમયના આયોજનનો પ્રથમ પાઠ તો એ જ છે કે સમયની કિંમત સમજો અને સમયને નિરર્થક ક્યારેય ન વેડફો. પ્રમુખસ્વામી મહારાજના જીવનમાં આ ગુણ મેં નજરે નિહાળ્યો છે. તેઓ કસમયે સૂતા હોય કે વ્યર્થ ગપ્પાં મારતા હોય એવું એક પણ દૃશ્ય કોઈએ ક્યારેય જોયું નથી. સમયની ક્ષણેક્ષણનો તેઓ ઉપયોગ કરી જાણતા.

એકવાર હોસ્પિટલમાં કેટલાક એક્સ-રે પડાવવાના હતા. તો બે એક્સ-રે વચ્ચે મશીનને રીસેટ કરવામાં જે સમય મળે એમાં પણ તેઓ પત્ર વાંચી લેતા હતા. આ રીતે સમયના નાનામાં નાના વિભાગનો ઉપયોગ કરી તેઓએ સાડા સાત લાખ પત્રો વાંચી તેના ઉત્તરો આપ્યા, ચાલીસ લાખથી વધારે લોકોને પ્રત્યક્ષ મળ્યા, ૧૭૦૦૦ ગામડાંઓમાં વિચરણ કર્યું અને અઢી લાખ ઘરોમાં પધરામણી કરી. આ બધું કરતાં કરતાં તેઓએ ૧૧૦૦થી વધુ મંદિરનું નિર્માણ કર્યું. ૧૦૦૦થી વધુ સંતોને દીક્ષા આપી અને લાખો હરિભક્તોને સંતોષ આપ્યો. છતાં એક પણ દિવસ એવો નહોતો ગયો કે જેમાં એમણે યથા સમયે પૂજા-પાઠ ન કર્યા હોય, એક પણ દિવસ એવો નહોતો ગયો કે જેમાં એમણે સમયસર વોકિંગ ન કર્યું હોય. કારણ? સમયનું આયોજન. તેને લીધે જ તેઓ બાળકથી માંડી વૃદ્ધ દરેક માટે સમય આપી શકતા. એક વીતરાગી સંત જો આટલી બધી વ્યક્તિઓ માટે સમય કાઢી શકે, તો આપણે શું આપણા પરિવારની ચાર-પાંચ વ્યક્તિઓ માટે સમય ન કાઢી શકીએ?

આભને આંબવું છે ?

અમેરિકાની સૌથી મોટી સ્ટીલ કંપનીના પ્રેસિડેન્ટ ચાર્લ્સ શ્વેબે સમયનો સારામાં સારો ઉપયોગ કેવી રીતે કરવો તેના માટે ૨૫૦૦૦ ડોલર ફી આપી ટાઈમ-મેનેજમેન્ટના નિષ્ણાતને બોલાવ્યા. તેની પાસેથી સલાહ લીધી. જેમાં બે મુદ્દાઓ કહેવામાં આવ્યા ૧. તમારા દિવસની શરૂઆત 'ટુ ડુ લિસ્ટ' એટલે કે આજે તમારે કયાં કાર્યો કરવાનાં છે તેનાથી કરો. ૨. કાર્યોને મહત્તા મુજબ અગ્રતાક્રમ આપો.

થોમસ કોર્લીએ જાતમહેનતથી અબજોપતિ બનેલા ૨૩૩ લોકોનો અભ્યાસ કર્યો. તેમના જીવનની એક સમાન આદતોમાંની એક વહેલા ઉઠવાની હતી

શું શું કરવાનું છે તેનું સતત અનુસંધાન અને ક્યારે શું કરવું તેનું આયોજન ખૂબ અગત્યનું છે. સમયના આયોજન વગર આપમેળે કશું નહીં થાય. ઘણીવાર તમને એવો અનુભવ થતો હશે કે રોજિંદા જીવનમાં તમારો એટલો સમય જતો રહે છે કે તમારે ખરેખર જે કરવું છે તે માટે સમય જ નથી રહેતો.

ઉપરનો પ્રશ્ન ઉઠાવીને સ્ટીફન કોવિએ 'સેવન હેબિટ્સ ઓફ હાઈલી ઈફેક્ટિવ પીપલ' નામના પુસ્તકમાં એક સુંદર દૃષ્ટાંત આપ્યું છે. એક પ્રોફેસરે જીવનની ફિલસૂફી સમજાવવા વિદ્યાર્થીઓ સમક્ષ એક ખાલી બરણી મૂકી. સાથે ટેબલ પર અન્ય ચાર વસ્તુઓ હતી. ગોલ્ફના દડા, લખોટીઓ, રેતી અને પાણી. તેમણે સૌ પ્રથમ બરણીમાં ગોલ્ફના દડા ભર્યા. દડાથી બરણી ભરાઈ ગઈ. પછી તેમાં લખોટીઓ નાખી બરણી હલાવી. દડા વચ્ચેની ખાલી જગ્યામાં લખોટીઓ ગોઠવાઈ ગઈ. પછી રેતી નાખી, બરણી હલાવી. રેતીના કણો નાની નાની જગ્યામાં ગોઠવાઈ ગયા. છેવટે પાણીની બોટલ ઉઠાવી બરણીમાં ઠાલવી. રેતીના કણો વચ્ચે જે સૂક્ષ્મ અવકાશ હતો તે બધો પાણીથી ભરાઈ ગયો. હવે બરણીમાં વસ્તુઓ ભરવાનો ક્રમ જો જુદો હોત, જો બરણીને પહેલાં રેતીથી ભરી દીધી હોત તો દડા કે લખોટી માટે જગ્યા જ ન રહેત. આમ કહી પ્રોફેસરે કાર્યોને અગ્રતાક્રમ આપવાનો સિદ્ધાંત કહ્યો. 'આ બરણી આપણી જિંદગી છે. ગોલ્ફના દડા તે આપણાં સૌથી મહત્ત્વનાં કાર્યો છે. જેમ કે, તમારું કુટુંબ, સ્વાસ્થ્ય, વ્યવસાય વગેરે. આ કાર્યો પહેલાં કરવાં. લખોટીઓ બીજી, ઓછી મહત્ત્વની બાબતો છે. જેમ કે, હરવું-ફરવું, શોખ પૂરા કરવા, મનોરંજન વગેરે. તેને બીજી અગ્રિમતા આપવી. રેતી એ આપણા જીવનની અન્ય ચીલાચાલુ બાબતો દર્શાવે છે. સાધારણ રીતે આપણે આપણા જીવનને રેતી જેવી ચીલાચાલુ બાબતોથી જ ભરી દઈએ છીએ, જેથી સૌથી મહત્ત્વની બાબતો માટે સમય જ નથી રહેતો.'

+ વાઈબ્સ

ડો. જ્ઞાનવત્સલ સ્વામી

માટે જ જીવનમાં અગ્રિમતા નક્કી કરવી જરૂરી છે, જેથી આપણને ખ્યાલ આવે કે મારા જીવનમાં કયાં કાર્યો ગોલ્ફના દડાની જગ્યાએ છે, કયાં કાર્યો લખોટીના સ્થાને છે અને કયા રેતી સમાન છે. પછી ધારો કે આપણે જીવનરૂપી બરણીમાં ગોલ્ફના દડા જ ભરીએ અને બીજું કશું ન પણ કરીએ તો પણ જીવન ભર્યું ભર્યું લાગશે. બીજું બધું ઓછાવત્તાં પ્રમાણમાં થશે તો પણ છેવટે અફસોસ નહીં રહે. ખરેખર તો બીજું બધું આપમેળે જ ગોઠવાઈ જશે. લખોટી અને રેતી સેટ થઈ ગયા તેમ પણ આ અગ્રિમતા નક્કી કરવી અનિવાર્ય છે.

ખરેખર, મહાન માણસો પોતાનો મહત્તમ સમય કાર્યની અગ્રતા સમજી પુરુષાર્થ કરવામાં વ્યતીત કરે છે. જે એના માટે ગેમચેન્જર બની જાય છે. જે કાર્યો અગત્યનાં છે, પણ તાત્કાલિક કરવાં પડે તેવાં નથી તે બાબતે બહુધા આપણે દુર્લક્ષ સેવીએ છીએ. તેને ઠેલી રાખીએ છીએ, કારણ કે તે તાકીદના નથી, પણ સફળ પુરુષો આ વિભાગમાં અત્યંત સક્રિય હોય છે.

'ચેન્જ યોર હેબિટ્સ, ચેન્જ યોર લાઈફ'ના લેખક થોમસ કોર્લીએ જાતમહેનતથી અબજોપતિ બનેલા ૨૩૩ લોકોનો ૫ વર્ષ સુધી અભ્યાસ કર્યો. તેમના જીવનમાં જે આદતો એકસમાન જોવા મળી તે હતીઃ ૧. તેઓ વહેલા ઊઠે છે. ૨. તેઓ ખૂબ વાંચન કરે છે. ૩. તેઓ કસરતને પ્રાથમિકતા આપે છે. ૪. સમય બરબાદ કરનારી પ્રવૃત્તિઓથી દૂર રહે છે. આ સર્વે પરથી સ્પષ્ટ થાય છે કે સફળ વ્યક્તિઓ પોતાના કાર્યનું મહત્ત્વ સમજી તેને અગ્રતા આપે છે. પ્રમુખસ્વામી મહારાજના જીવનમાં પણ આ બાબત મેં નજરે નિહાળી છે. તેમનું એક પણ કાર્ય ક્યારેય ઠેલાયું નથી અને વ્યર્થ પ્રવૃત્તિઓમાં એમણે ક્યારેય એક સેકન્ડ પણ બગાડી નથી. તો ચાલો આપણે પણ મહાપુરુષોના માર્ગે ચાલી સફળતાના આભને આંબીએ.

પ્રતિભાશાળી બનવું છે?

+ વાઈબ્સ
ડૉ. જ્ઞાનવત્સલ સ્વામી

ઉપરોક્ત પ્રશ્ન દુનિયાના કોઈ પણ છેડે, કોઈ પણ માનવને કોઈ પણ સમયે પૂછવામાં આવે તો તેનો જવાબ 'હા' જ મળશે. જો આપણે તપાસ કરીએ તો આપણા જીવનની પ્રત્યેક ક્ષણ, પસંદગી અને ક્રિયા પાછળ પોતાની આગવી છાપ ઉપસાવવાનો હેતુ રહેલો હોય છે. પ્રતિભાશાળી બનવું ખોટું નથી, પરંતુ તેના માટે કયો માર્ગ પસંદ કરીએ છીએ તે અગત્યનું છે. આજે modern managementમાં બાહ્યાચાર વડે છવાઈ જવાના નુસખા બતાવવામાં આવતા હોય છે, પરંતુ લાંબા સમય સુધી જન-મન ઉપર પોતાની છાપ અમીટ રાખનાર મહાપુરુષોએ બાહ્ય આચાર કરતાં આંતરિક વિચારને વધુ અગત્યનો ગણાવ્યો છે.

'ક્યારેય નાનાબાળકને હતાશ કરવો નહીં. કારણ કે પૃથ્વી ઉપરનાં તેના શરૂઆતનાં વર્ષો છે.'

ડૉ. અબ્દુલ કલામ અત્યાર સુધીના ભારતીય ઈતિહાસમાં સૌથી વધુ લોકચાહના મેળવનાર રાષ્ટ્રપતિ તરીકે સૌ તેઓને આજે પણ યાદ કરે છે. તેઓના જીવનનો આ પ્રસંગ તેઓની આંતરિક ભાવનાઓનું દર્પણ છે. ૨૦મી જૂન, ૨૦૧૫ના રોજ ડૉ. કલામ ગુજરાતના એક નાનકડા ગામ સારંગપુરની મુલાકાતે આવ્યા હતા. અહીં તેઓ જ્યારે બપોરે સભાખંડની બહાર આવ્યા ત્યારે એક નાનકડો બાળક તેમની સામે આવીને ઊભો રહ્યો. તેના મનમાં કલામ સાહેબનો ઓટોગ્રાફ લેવાની ઈચ્છા હતી. કલામ સાહેબે પ્રેમથી તેનો કોડ પૂરો કર્યો. વ્યવસ્થાપકોએ બાળકની ઈચ્છા પૂર્ણ કરવા પાછળનો હેતુ પૂછ્યો. ડૉ. કલામ સહજ બોલ્યા: 'Never disappoint a child, as it is their first years on this earth.' arthat, 'ક્યારેય નાનાબાળકને હતાશ કરવો નહીં. કારણ કે પૃથ્વી ઉપરનાં તેના શરૂઆતનાં વર્ષો છે.' થોડા આગળ ચાલ્યા ત્યાં એક વૃદ્ધ મળ્યા. તેમણે પોતાના પૌત્રને આગળ ધરતાં ફોટો ખેંચવાની ઈચ્છા વ્યક્ત કરી. કલામે આ વૃદ્ધની ઈચ્છાને પણ સાચવી લીધી અને તેઓએ ત્યાં જ તડકામાં ઊભા ઊભા ફોટો પડાવ્યો. અહીં પણ વ્યવસ્થાપકે પૂછ્યું કે, 'આ વૃદ્ધની ઈચ્છા સંતોષવા પાછળ આપના મનમાં શું વિચાર હતો?' કલામે પોતાના મનોવલણને વાચા આપી: 'Never disappoint an old person, as it is their last years on this earth.' અર્થાત્ 'ક્યારેય કોઈ વડીલને હતાશ ન કરવા, કારણ કે પૃથ્વી ઉપરનાં તેઓનાં આ અંતિમ વર્ષો છે.' ડૉ. કલામની લોકચાહનાનું એક કારણ તેઓની આવી ભદ્રભાવના છે. પોતાના સંપર્કમાં આવેલ હરેકને કઈ રીતે પોતે મદદરૂપ થઈ શકે, આ તેઓનું વલણ હતું.

આધુનિક મેનેજમેન્ટ આપણને શીખવે છે, કઈ રીતે મિત્રોને જીતવા? કઈ રીતે પોતાનો પ્રભાવ બીજા ઉપર પાડવો? આવા સિદ્ધાંતોથી કદાચ અમુક સમય માટે અમુક લોકો તમને વશ થઈ જશે, પરંતુ લોકમાનસમાં એવાં જ નામ અંકિત થયાં છે, જેઓએ પોતાની પ્રસિદ્ધિના પર્વતની નીચે અન્યની લાગણીઓના છોડને કચડાવા દીધા નથી.

તા. ૨૨-૨-૧૯૮૪ના રોજ પ્રમુખસ્વામી મહારાજ બિલિમોરા પધાર્યા હતા. આ પધરામણીના મૂળમાં હતી એક તદ્દન અપરિચિત વ્યક્તિની એક અજાણી વ્યક્તિ માટેની ભલામણ. તાજેતરમાં જ ઓછવણી ગામે યોજાયેલી શિક્ષક શિબિરમાં વડોદરાથી આવેલા આચાર્ય શ્રી જયેન્દ્રભાઈ શાહ સ્વામીશ્રીને પ્રથમ વાર મળતા વાત કરેલી કે, 'મારા મિત્ર મનુભાઈ મહેતાને બિલિમોરાના એક દવાખાનામાં દાખલ કર્યા છે. તેને આપ આશીર્વાદ આપવાની કૃપા કરજો.' આ ભલામણ કરનારી વ્યક્તિ સ્વામીશ્રીને પહેલી વાર મળતી હતી, તો જેની ભલામણ થઈ રહેલી તેનાથી પણ સ્વામીશ્રી બિલકુલ અજાણ હતા. છતાં આ વિનંતી સ્વીકારીને સ્વામીશ્રી પોતાના વિચરણનો નકશો ફેરવી આજે અહીં આવી પહોંચેલા. તેઓ જ્યારે પેલી બીમાર વ્યક્તિને આશીર્વાદ આપવા દવાખાને ગયા ત્યારે ખબર પડી કે 'દર્દીનો ઓરડો તો પહેલા માળે છે.' આ અરસામાં સ્વામીશ્રીને હૃદયરોગના હુમલાને કારણે દાદરા ચઢવાનો શ્રમ લેવાની ડૉક્ટરોએ મનાઈ ફરમાવેલી. છતાં તેઓ પોતાના સ્વાસ્થ્યને જોખમમાં મૂકી એક માળ ચઢી ગયા અને પેલા બીમારના બિછાને જઈ પહોંચ્યા. તેઓના આ પ્રેમ અને પરિશ્રમે પથારીવશની આંખો છલકાવી દીધી.

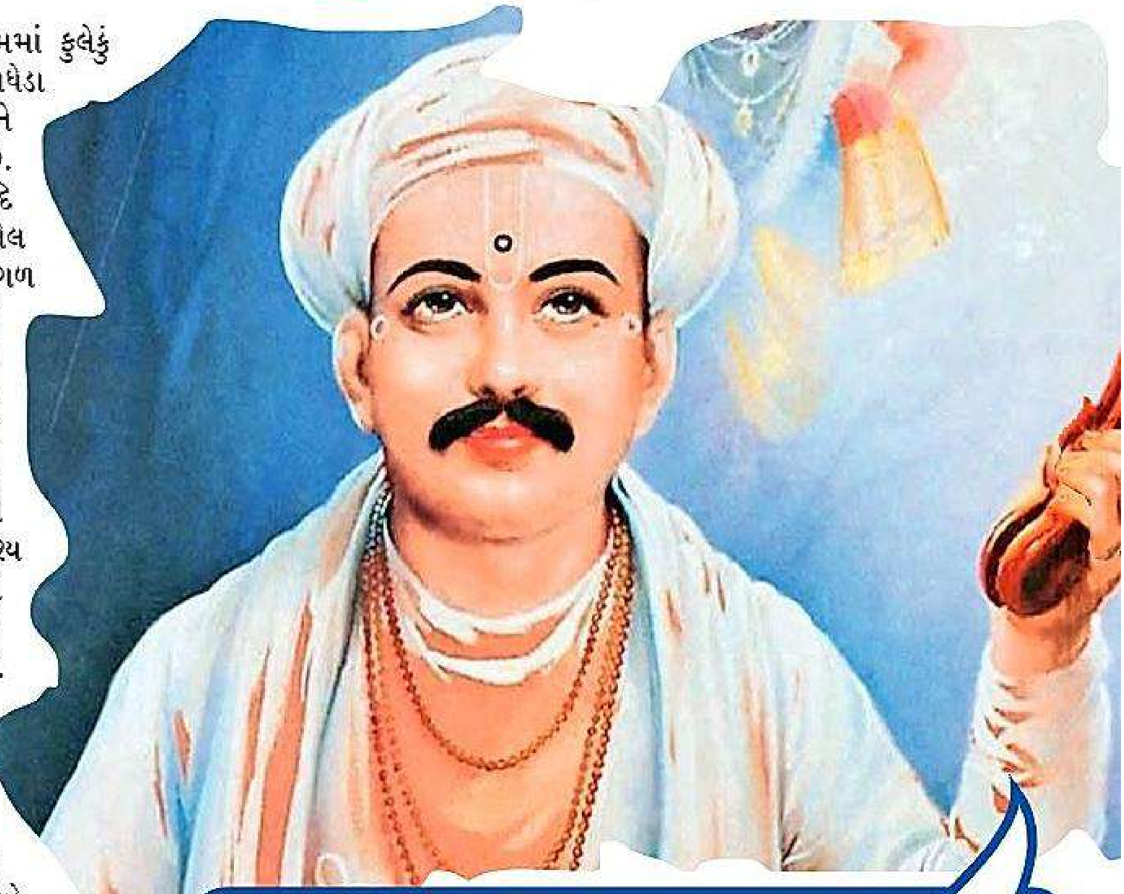
આ પધરામણી કરવાથી તેઓને કોઈ જ ફાયદો થવાનો નહોતો. છતાં તેઓ પધાર્યા હતા, કારણ કે તેઓને મન કોઈ પારકું નહોતું. તેઓ સદાય સૌનું ભલું કરવા નિઃસ્વાર્થભાવે ઘસાવા તૈયાર હતા. એમના આ ઉપકારની નોંધ લેવાય એવી પણ અપેક્ષા વિના અને એટલે આજે લાખો હૃદય એમના ગુણો હોંશે હોંશે ગાય છે.

આપણે જ્યારે આપણા સ્વાર્થને ભૂલીને અપેક્ષા વિના બીજા માટે ઘસાતા શીખીશું ત્યારે પ્રભાવશાળી બનવાનાં કોઈ પુસ્તકો વાંચ્યા વિના સૌના સ્નેહના પાત્ર બનીશું.

આપણા હાથની વાત

+ વાઈબ્સ

ડો. જ્ઞાનવત્સલ સ્વામી



> **સૂર્યનો તડકો વધારે પડે ત્યારે આપણે તડકા સામે સનગ્લાસ પહેરીએ છીએ, એમ વિકટ પરિસ્થિતિથી બચવા પણ પ્રયત્ન કરવા જોઇએ**

મહારાષ્ટ્રના એક ગામમાં ફુલેકું નીકળ્યું છે. જેમાં ગધેડા ઉપર એક માણસને ઊંધો બેસાડવામાં આવ્યો છે. ગળામાં રીંગણ, ગાજર આદિ શાકભાજીનો હાર પહેરાવ્યો છે. ઢોલ ઢબૂકે છે, વાજાં ગગડે છે. આગળ બાળકો કિકિયારીઓ કરીને નાચી રહ્યાં છે. ગામના જે જે રસ્તેથી આ શોભાયાત્રા પસાર થઈ રહી છે તે દરેક જગ્યાએ લોકો હુરિયો બોલાવે છે. થોડીવારે એક ઘર પાસે આ યાત્રા પહોંચે છે. ઘરમાંથી એક સ્ત્રી બહાર આવી અને આ દૃશ્ય જોઈ રડવા લાગે છે, કારણ કે જેની ઉપર અત્યાર સુધી આખું ગામ હસતું હતું તે તેનો ધણી હતો. તમાશો વિખેરાયો. પેલી બાઈ પોતાના ધણીને લઈને ઘરમાં ગઈ. 'આ લોકો આમ કેમ કરે છે? આપણે તેમનું શું બગાડ્યું છે? તમારી સાથે જ આવું કેમ થાય છે?' પત્નીએ બળાપો કાઢ્યો. પત્નીના વલોપાતને ખાળવા એના ધણીએ સવળી સમજણ આપી કે, 'આમાં દુઃખ લગાડવા જેવું છે જ ક્યાં? આપણી પાસે મૂંડનના પૈસા ન હતા ત્યાં લોકોએ મને મૂંડન કરી આપ્યું. માથે ચૂનો લગાવ્યો તેથી ખોડો ગયો. આપણા લગ્ન વખતે ફુલેકું નહોતું નીકળ્યું જે આજે નીકળ્યું અને હારમાં પાંચ શેર શાકભાજી છે, તો બે-ત્રણ દા'ડા તેમાંથી શાક થશે.' આવી અપમાનજનક પરિસ્થિતિમાં સવળો અભિગમ રાખનાર મહાપુરુષ એટલે સંત તુકારામજી! જેનાં ભજનો આજે પણ મહારાષ્ટ્રની ભક્તિ-પરંપરાને શોભાવી રહ્યાં છે.

જેમ સૂર્ય તરફ મુખ રાખનારને કદી પડછાયો દેખાતો નથી તેમ જીવનમાં સવળા અભિગમ તરફ જેની દૃષ્ટિ હોય તેના જીવનમાં હતાશા-નિરાશાના પડછાયા સુધ્ધા જોવા મળતા નથી.

૨૪મી સપ્ટેમ્બર, ૨૦૦૨ પરમ પૂજ્ય પ્રમુખસ્વામી મહારાજ તીર્થધામ સારંગપુર ખાતે વિરાજમાન હતા. સાંજનો સમય હતો. તાજેતરમાં જ ભુજ ખાતે આવેલ ધરતીકંપમાંથી ભુજ અને ભુજવાસીઓને ફરી બેઠા કરવા તેઓએ રાહતકાર્યનો ગોવર્ધન ઉપાડ્યો હતો, તેની મીટિંગ ચાલી રહી હતી. સાંજે ૫-૩૦ વાગ્યાની આસપાસ અંતેવાસી સેવક સ્વામીશ્રીના હાથમાં એક ફોન આપે છે. ફોન કાને ધરતાં ભય અને અનિશ્ચિતતાના સૂરમાં સંદેશો મળ્યો કે, 'ગાંધીનગરના સ્વામિનારાયણ અક્ષરધામ ઉપર આતંકવાદી હુમલો થયો છે.' સ્વામીશ્રીની ઈષ્ટભક્તિ અને ગુરુભક્તિનું ઉત્તમ અર્ધ્ય સમું અક્ષરધામ આજે લોહીથી ખરડાયું હતું. આ દુઃખદ સમાચાર મળતાં જ સ્વામીશ્રીએ ભગવાનને યાદ કરી પ્રાર્થના કરી અને સ્વામિનારાયણ મહામંત્રની ધૂન કરી. બે દિવસ પછી જ એક ટીવી. ઈન્ટરવ્યૂમાં સ્વામીશ્રીએ જણાવ્યું કે, 'આ જે પ્રસંગ બન્યો છે, તેમાં અમારી દૃઢ માન્યતા છે કે આ બધું ભગવાનની ઈચ્છાથી થયું છે અને આમાં પણ અમારે કંઈક શીખવાનું હશે.' આ સાથે તેઓએ સમસ્ત ભારતવર્ષના લોકોને આ પ્રસંગે શાંતિ જાળવવા માટે અપીલ પણ કરી. ત્રાસવાદીઓના તાંડવમાં ૩૨ દર્શનાર્થીઓ સાથે બી.એ.પી.એસ. સંસ્થાના એક સંતે પણ પોતાના પ્રાણ ગુમાવ્યા હતા. સ્વામીશ્રીના સવળા અભિગમની એવી અસર થઈ હતી કે દેશમાં એક પણ ઠેકાણે આક્રોશની લાગણીઓ વ્યક્ત ન કરતાં સહુએ શાંતિ જાળવી અને સમગ્ર વિશ્વમાં ત્રાસવાદીઓના કહેર સામે કઈ રીતે પ્રતિભાવ આપવો તે માટે 'અક્ષરધામ રિસ્પોન્સ' નામના નૂતન અભિગમનો જન્મ થયો. એક વ્યક્તિનો સવળો અભિગમ અસંખ્ય લોકોના મન પર કેવી અસર કરે છે? તેનું ઉત્તમ ઉદાહરણ બન્યો આ પ્રસંગ!

સૂર્યનો તડકો વધારે પડે ત્યારે આપણે તડકા સામે સનગ્લાસ પહેરીએ છીએ. માર્ગમાં ચાલતા કાંટાઓથી બચવા માટે આપણે જોડા પહેરીએ છીએ, કારણ કે સૂર્યને ગલેફ ચઢાવવો કે આખી પૃથ્વીને મઢવી એ આપણા ગજા બહારનું કામ છે. તેમ જીવનમાં કઠણ પરિસ્થિતિ તો આવશે જેને રોકવા કે બદલવા આપણે સમર્થ નથી, પરંતુ વિપરીત પરિસ્થિતિમાં સવળો અભિગમ અપનાવી એમાંથી સારો બોધ લેવો તે આપણા હાથની વાત છે.

આપણા જીવનમાં આવતી દરેક વિકટ પરિસ્થિતિમાં મહાપુરુષોના જીવનને ધ્રુવ કાંટો બનાવી આપણી જીવનનૌકાને સાચી દિશા આપીએ.

૮૬,૪૦૦ રૂપિયા કે સેકન્ડો?

સૂર્ય માણસમાત્રને રોજ એક નવો દિવસ ભેટ આપે છે. જાણે ૮૬,૪૦૦ રૂપિયા! કારણ કે ૮૬,૪૦૦ સેકન્ડનો આ એક દિવસ છે. તેને શ્રેષ્ઠ રીતે વાપરવા આપણને બુદ્ધિ, શક્તિ, કળા, આવડત, અનુભવ, ઉત્સાહ બધું જ આપેલું છે, પણ માણસ પાસે ક્ષમતા છે ભવિષ્યનું વિચારવાની, તેથી વર્તમાનની ક્ષણોમાં તે આવતી કાલની, આવનારાં વર્ષોની અને ભવિષ્યની ચિંતા કરવા લાગે છે કે પછી અતીતના અફસોસમાં વર્તમાનની ક્ષણોને પણ લૂંટાવી રહ્યો છે. ભગવાનની યોજના ઉદાર છે, પણ આપણે તેનો યથાર્થ લાભ ઉઠાવી શકતા નથી. કહેવાય છે કે, ગઈ કાલ ઈતિહાસ છે. હવે તેના ઉપર આપણો કોઈ અધિકાર નથી. વીતી ગયેલી વાતોનો વસવસો કરવાથી કંઈ વળવાનું નથી.

આવતી કાલ 'રહસ્યમય' છે, જેને કોઈ જાણી શકતું નથી. આપણા હાથમાં વર્તમાન છે, માટે વર્તમાનમાં જીવવું એ જ જીવનની કમાણી છે. બાકી ભવિષ્યની ચિંતા વર્તમાન કોરી ખાશે

તે જ રીતે આવતી કાલ 'રહસ્યમય' છે, જેને કોઈ જાણી શકતું નથી. આપણા હાથમાં વર્તમાન છે, માટે વર્તમાનમાં જીવવું એ જ જીવનની કમાણી છે. બાકી ભવિષ્યમાં 'શું થશે' તેની ચિંતા વર્તમાનને પણ કોરી ખાશે, તેમાં ભવિષ્ય તો ગુમાવીશું પણ વર્તમાનરૂપી મૂડી પણ ખોઈ બેસીશું.

+ વાઈબ્સ

ડો. જ્ઞાનવત્સલ સ્વામી

માનવ મનની સાહજિક લાક્ષણિકતા છે કે, તે જ્યાં ત્યાં ભટકતું રહે છે અને આવું અસ્થિર મન લાંબા ગાળે નિષ્ફળતા, હતાશા અને દુઃખનું કારણ બને છે. આવા અસ્થિર મનની માણસની સુખાકારી પર કેવી અસર થાય છે તે અંગે હાર્વર્ડ યુનિવર્સિટીના સાયકોલોજિસ્ટ મેથ્યુ કિલિંગ્સવર્થ અને ડેનિયલ ગિલ્બર્ટ દ્વારા ૨૦૧૦માં એક સર્વે પ્રકાશિત કરવામાં આવ્યો હતો. ૮૩ દેશોના ૧૮થી ૮૮ વર્ષની ઉંમરના ૫૦૦૦ લોકોને તેઓએ આ સર્વેમાં જોડ્યા. મોબાઈલ એપ્લિકેશન દ્વારા તેમને જુદા જુદા સમયે ત્રણ પ્રશ્નો પૂછવામાં આવ્યા. ૧. તમે અત્યારે કેવું અનુભવી રહ્યા છો? જેના જવાબમાં વ્યક્તિએ પોતે કેટલો ખુશ છે તેનું માપ ૦થી ૧૦૦ના અંકમાં દર્શાવવાનું હતું. ૨ તમે અત્યારે શું કરી રહ્યા છો? ૩. તમે અત્યારે જે કાર્ય કરી રહ્યા છો ત્યારે તમારું મન તે સિવાયના કોઈ વિચારોમાં છે? આ સર્વેના અંતે તેઓ આ તારણ પર આવ્યા કે ૧. 'A human mind is a wandering mind and a wandering mind is an unhappy mind.' એટલે કે માનવ મન અસ્થિર છે. ભટકતું રહે છે અને આવું ભટકતું મન દુઃખનું કારણ છે. આપણે આપણા કુલ સમયનો ઓછામાં ઓછો ૫૦ %થી વધુ ભાગ આપણી આસપાસના વાતાવરણ કે ક્રિયા સાથે સુસંગત ન હોય તેવા વિચારોમાં ગાળીએ છીએ અને મોટે ભાગે આ નિરર્થક ડે-ડ્રીમિંગ આપણા માટે સુખદાયક હોતું નથી. વળી, સર્વેમાં એ પણ જોવા મળ્યું કે જે લોકો વર્તમાન સમયે જે ક્રિયા કરતાં હોય તેની પર કેન્દ્રિત હતા તે લોકોનો સુખાકારી આંક બીજા બધાથી વિશેષ જોવા મળ્યો. સાર એટલો જ કે જીવન અત્યારે જીવવાનું છે. પૂર્ણ આશા, ઉત્સાહ અને પ્રામાણિકતાથી.

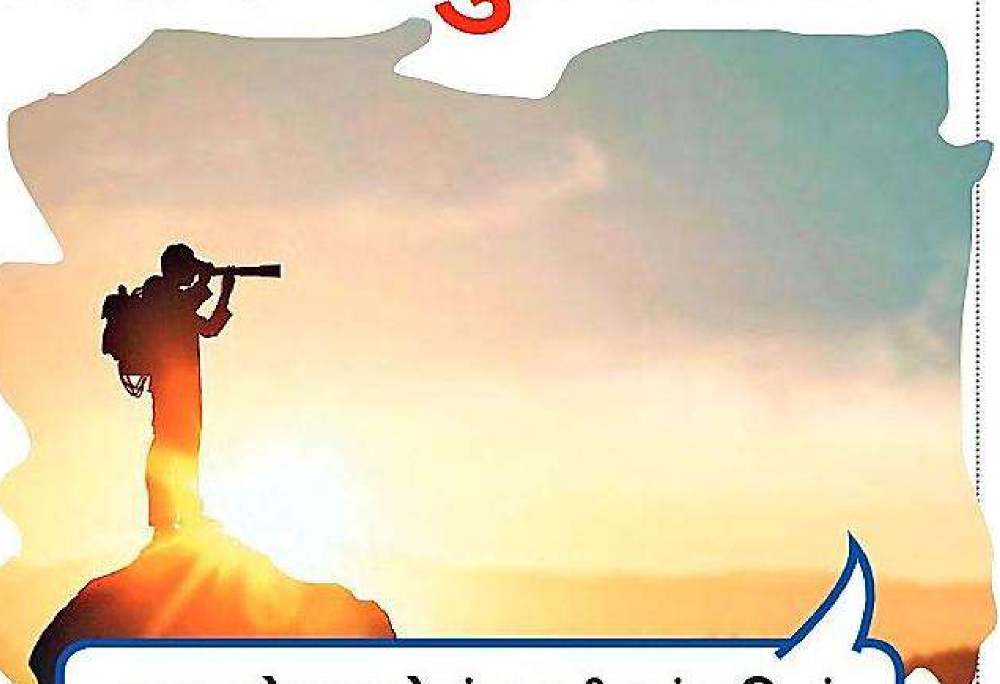
૧૨ જૂન, ૧૯૯૨ની સવારે એક યુવાન પ્રમુખસ્વામી મહારાજને મળવા દોડી આવ્યો. દાક્તરી શાખામાં અભ્યાસ કરતો આ યુવાન પોતે દર્દી બની ગયેલો. તેણે પ્રમુખસ્વામી મહારાજને કહ્યું, 'હું સાવ હતાશ થઈ ગયો છું, શું થશે?' એવું થઈ ગયું છે.

આ ભાંગી પડેલા હૈયામાં નવો જોમ પૂરતાં પ્રમુખસ્વામી મહારાજ બોલ્યા, 'હજી જીવનમાં ઘણા પ્રશ્નો આવશે, અત્યારથી સામનો કરતા નહીં શીખે તો આગળ શું કરીશ? આમાં ગભરાવાનું શું? ગભરાવાથી તો જિંદગી ખરાબ થઈ જાય. માટે ભગવાનનું બળ રાખ, મહેનત કર. જે પરિણામ આવે એ ભોગવી લે. મરતા પહેલાં ઘોર ન ખોદ. વર્તમાનમાં રહે, ભવિષ્યની ચિંતા છોડી દે, જે થવાનું હશે તે સારું જ થશે.' યુવાનીના ઉંબરે જાણે ઓક્સિજન વિના ડચકાં ખાતા આ તરુણમાં ઉત્સાહ અને શ્રદ્ધાનો પ્રાણવાયુ ફૂંક્યો. તેઓના પવિત્ર, કર્મઠ અને અનુભવપૂર્ણ જીવનમાંથી આવેલ આ ઉદ્ગારોને જો અંતરમાં ધરીએ તો તેમાં માનવજીવનની નવી બુનિયાદ નાખવાની તાકાત છે.

ઉજ્જવળ ભવિષ્યનું નિર્માણ

+ વાઈબ્સ

ડો. જ્ઞાનવત્સલ સ્વામી



> **શાળાઓ બાળકોમાં ભારતીય સંસ્કૃતિનાં મૂલ્યોનું સીંચન નથી કરતી, તો શું અમેરિકાની શાળાઓ કરતી હશે? ન જ કરતી હોય. સ્વાભાવિક જ છે**

'ડૉક્ટરે દર્દીની કિડની કાઢી લેતાં દર્દીના પરિવારે હૉસ્પિટલમાં કરેલી ધમાલ'

'વકીલ દ્વારા છેતરપિંડી થતાં અસીલે બીજો વકીલ રોકી પૂર્વ વકીલ ઉપર કરેલો કેસ'

'બ્રીજનું ઉદ્‌ઘાટન થતા પહેલાં જ તે તૂટી પડતાં એન્જિનિયરની થયેલી ધરપકડ'

આ સમાચારો રોજબરોજ છાપાંઓનાં શીર્ષકોને ભરી દે છે, કારણ કે સમાજને અભણ જેટલું નુકસાન પહોંચાડી શકે એના કરતાં અનેક ગણું વધુ નુકસાન ભણેલો માણસ પહોંચાડી દે છે.

અમેરિકાની એક શાળાના સિદ્ધાંતવાદી આચાર્ય ડૉ. ચાઈન ગી નોટે બીજા વિશ્વયુદ્ધ વખતે હિટલરે કરેલા ૬૦ લાખ યહૂદીઓના નરસંહારનું વર્ણન કરતાં પોતાના શિક્ષકોને કહ્યું હતું કે, 'પ્રિય શિક્ષકો, હું કોન્સન્ટ્રેશન કેમ્પ (લોકોની સામૂહિક હત્યા કરવા માટે ઊભું કરાયેલું મકાન)માંથી ભાગીને આવ્યો છું. મેં જે જોયું છે તે કોઈ માણસને જોવાનો વારો આવવો ન જોઈએ. સુશિક્ષિત એન્જિનિયરોએ બાંધેલા ગેસ ચેમ્બર્સ, ભણેલા-ગણેલા ડૉક્ટરો દ્વારા ઝેર આપી મારી નખાતાં બાળકો, તાલીમ પામેલી નર્સો દ્વારા હણાતાં શિશુઓ અને હાઈસ્કૂલ અને કોલેજ ગ્રેજ્યુએટ યુવકો દ્વારા ગોળીએ દેવાતાં અને બાળી મુકાતાં બાળકો અને સ્ત્રીઓ. આથી શિક્ષણ પ્રત્યે મને ગંભીર આશંકાઓ છે. મારી વિનવણી એટલી જ છે કે તમારા વિદ્યાર્થીઓને માનવ બનાવવામાં મદદરૂપ થાઓ. તમારા પુરુષાર્થના ફળરૂપે શિક્ષિત રાક્ષસો, કુશળ પાગલો કદાપિ ન બનવા પામે. વાંચન, લેખન અને ગણિત તો જ કામમાં આવશે જો તેનાથી આપણાં બાળકોમાં માણસાઈનો વિકાસ થઈ શકે.'

ઉપરોક્ત કથન ખૂબ ગંભીરતાથી લેવું પડે એમ છે. આજે વિશ્વમાં લોકોને સામૂહિક રીતે કેવી રીતે મારી શકાય, એનાં સંશોધનો માટે અઢળક પૈસો ખર્ચાય છે.

જોન હોપ્કિન્સ યુનિવર્સિટીના ભૂતપૂર્વ પ્રમુખ સ્ટીવન મુલરે કહ્યું હતું કે, 'Universities are turning out highly skilled barbarians because we don't provide a framework of values to young people, who more and more are searching for it.' અર્થાત્ 'યુનિવર્સિટીઓ શ્રેષ્ઠ આવડતવાળા જંગીલઓને પેદા કરી રહી છે, કારણ કે વિદ્યાર્થીઓને મૂલ્યોનું શિક્ષણ અપાતું નથી કે જેને તેઓ વધુ ને વધુ ઝંખી રહ્યા છે.'

આ જ વાતનો સાર સરળ ભાષામાં પ્રમુખસ્વામી મહારાજ વર્ષોથી કહેતા આવ્યા છે કે, 'લક્ષણ વગરનું શિક્ષણ ભક્ષણ કરે છે.'

પહેલાં ગુરુકુળોમાંથી બાળકો શ્રવણની કથા દ્વારા માતા-પિતાની સેવાની શીખ પામતાં. રામની સેવા કરનારા લક્ષ્મણજીના ઉદાહરણ દ્વારા ભ્રાતા પ્રત્યેનો આદર પામતા. પ્રહ્‌લાદજીના પ્રસંગ દ્વારા ગર્ભસંસ્કારનો પાઠ ભણતા. નાની ઉંમરે સિંહના દાંત ગણનારા વીર ભરતની વાત દ્વારા શૂરવીરતાનો બોધ પામી શકતાં, પણ હવે એવું બનતું નથી.

આજે ભારતીય સંસ્કૃતિનાં પ્રેરણાદાયી પાત્રોનો પરિચય પણ આપણાં સંતાનોને હોતો નથી તો એમાંથી પ્રેરણા પામવાની તો વાત જ ક્યાં રહી?

થોડા સમય પહેલાં ગામડાંઓમાં વિચરણ અર્થે ગયેલા સંતોને એક પિતા-પુત્રને મળવાનું થયું. સંતો દ્વારા નામ પુછાતાં નાનું બાળક બોલી ઊઠ્યું, 'ધ્રુવ.' આગળનો પ્રશ્ન પુછાયો કે, 'ધ્રુવજી કોણ હતા?' બાળક મૂક બની ગયું. તેને ખબર જ નહોતી કે ધ્રુવજી કોણ હતા.

એની સામે અમેરિકાથી આવેલા એક પિતાની આંગળીએ વળગેલા એક નાના શિશુને નામ પુછાતા તે શિશુ બોલ્યું, 'ધ્રુવ.' આગળ પુછાયું કે, 'ધ્રુવજી કોણ હતા?' બાળક કાલીઘેલી ભાષામાં તૂટ્યા-ફૂટ્યા ગુજરાતી શબ્દો સાથે બોલી ઊઠ્યું કે, 'તે ભગવાનના ભકત હતા.'

અહીં શાળાઓ બાળકોમાં ભારતીય સંસ્કૃતિનાં મૂલ્યોનું સીંચન નથી કરતી, તો શું અમેરિકાની શાળાઓ કરતી હશે? ન જ કરતી હોય. સ્વાભાવિક જ છે.

તો પછી આટલો ફરક ક્યાં પડી ગયો? ફરક પડ્યો વાલીઓની જાગૃતિમાં. વાલી જાગૃત હશે તો દુનિયાના કોઈ પણ ખૂણામાં હશે તો પણ પોતાનું ભવિષ્ય સમાન બાળકોને સંસ્કાર આપી શકશે અને સામે પક્ષે વાલીમાં જાગૃતિ નહીં હોય તો ભારતના સામાન્ય ગામડામાં રહેતાં સંતાનો પણ કપાતર પાકશે.

આજે આપણાં સંતાનો નામથી ભારતીય પરંપરાને વરેલાં છે, પણ મનથી નહિ કહેતાં કે ભારતીય મૂલ્યો તેઓના જીવમાં નથી સીંચાતાં. આ સિંચાઈનું કામ આપણે જ કરવાનું છે. આખી પૃથ્વીને ચામડાથી મઢવા કરતાં આપણે સ્વયં જોડા ન પહેરી લઈએ! તેમ આપણે સરકારને કે શિક્ષણ પદ્ધતિને દોષ દેવા કરતાં પોતે ન જાગી જઈએ!

આવો, આપણે સાથે મળીને ભારતના ઉજ્જવળ ભવિષ્યનું નિર્માણ કરીએ.

ઉપદેશક નહીં ઉદાહરણરૂપ બનીએ

એક વખત લાલ બહાદુર શાસ્ત્રીએ પોતાના દીકરાને કહ્યું કે તું વડીલોને જે રીતે પગે લાગે છે, તો મારા અવલોકન પ્રમાણે તું વ્યવસ્થિત નમીને છેક ચરણનો સ્પર્શ કરતો નથી. તો તારે યોગ્ય રીતે વંદન કરવાં જોઈએ. યુવાનીના જોરમાં પુત્રએ સામે જવાબ વાળ્યો કે હું તો વ્યવસ્થિત રીતે જ નમન કરું છું, પણ બાપુજી તમારી જોવામાં ભૂલ થાય છે. તે વખતે શાસ્ત્રીએ જે પ્રત્યુત્તર આપ્યો તેને તેમનો દીકરો વર્ષો સુધી ભૂલી શક્યો નહીં. તેમનો સુપુત્ર એ અનુભવ વાગોળતાં કહે છે કે જો તે વખતે મારા પિતાએ મને એમ સમજાવવા પ્રયત્ન કર્યો હોત કે, 'તેઓ સાચા છે અને હું ખોટો છું' તો મને તેઓ બીજા સાધારણ લોકો જેવા જ મનાત, પણ તે વખતે તેમણે મને જે રીતે જવાબ આપ્યો તેનાથી તે દુનિયાના બીજા પિતાઓ કરતાં જુદા પડી ગયા. તેઓ મારી પાસે આવ્યા અને મને વ્યવસ્થિત નીચા નમીને પગે લાગ્યા. મારો ચરણસ્પર્શ કર્યો અને મને કહ્યું કે બેટા! જો તું આ રીતે વડીલોને વંદન કરતો હોય તો તું સાચો છે, ભૂલ મારી છે મને માફ કરજે અને જો આ રીતે ના કરતો હોય તો હવેથી આ પ્રમાણે વંદન કરવાનું શરૂ કરી દેજે. લાલ બહાદુર શાસ્ત્રીએ શબ્દોથી નહીં પણ વર્તનથી પોતાના દીકરાનું હૃદય જીતી લીધું. કદાચ આ ઘટના પછી ક્યારેય તેમણે પોતાના પુત્રને વંદન કરવાની યોગ્ય રીત બાબતે શીખવવું પડ્યું નહીં હોય. મહાન પુરુષોના જીવનની આ ખાસિયત છે કે તેઓ લાંબાં ભાષણો નથી આપતા, પણ તેમની નાની નાની ક્રિયાઓ દ્વારા જીવનના અમૂલ્ય પાઠો શીખવતા હોય છે.

ઉપદેશક બનવું સહેલું છે, કારણ કે સલાહ આપવાનો આનંદ સૌને આવે છે. તેમાં કોઈ કષ્ટ પડતું નથી, પણ સામે તેની અસર નજીવી છે. પાણીની સપાટી પરના પરપોટા જેટલું તેનું આયુષ્ય છે

+ વાઈબ્સ
ડો. જ્ઞાનવત્સલ સ્વામી

ઉપદેશક બનવું સહેલું છે, કારણ કે સલાહ આપવાનો આનંદ સૌને આવે છે. તેમાં કોઈ કષ્ટ પડતું નથી, પણ સામે તેની અસર નજીવી છે. પાણીની સપાટી પરના પરપોટા જેટલું તેનું આયુષ્ય છે. તે બહુ ટકતું નથી. બીજી બાજુ વર્તનની બાબત અઘરી છે, પણ વર્તન દ્વારા પડેલો પ્રભાવ હૃદયના તારને ઝણઝણાવી સ્વતઃ તે પ્રકારે વર્તવા માટે પ્રેરિત કરે છે.

કહેવાય છે કે, 'તમારું વર્તન એટલું મોટે મોટેથી ચીસો પાડે છે કે તમે જે બોલો છો તે કોઈને સંભળાતું નથી.' હા, આપણું વર્તન આપણી વાણી કરતાં વધુ બોલતું હોય છે. ઉપદેશક નહીં ઉદાહરણરૂપ બનવાની વાત છે. પ્રમુખસ્વામી મહારાજની આ વિશેષતા હતી. તેઓ વર્તન દ્વારા વાતો કરતા.

૨૧ મે, ૧૯૫૦ના દિવસે અમદાવાદની આંબલીવાળી પોળમાં બ્રહ્મસ્વરૂપ શાસ્ત્રીજી મહારાજે ૨૮ વર્ષના યુવાન સંત નારાયણ સ્વરૂપદાસની બી.એ.પી.એસ. સંસ્થાના પ્રમુખ તરીકે નિમણૂક કરી. (ત્યારથી તેઓને 'પ્રમુખસ્વામી મહારાજ'ના નામથી બોલાવાય છે) સમગ્ર સંસ્થાનું સુકાન જે દિવસે તેઓને સોંપાયું તે જ દિવસે તેઓએ પોતાના આશ્રિતોને એક અજોડ, ઐતિહાસિક અને અદ્‌ભુત સંદેશ આપ્યો હતો. પોતાની વાણી દ્વારા નહીં, પરંતુ પોતાના વર્તન દ્વારા. પ્રમુખ તરીકેની વરણી થઈ. તેનો ઉત્સવ પૂરો થયો, હરિભક્તો જમી-પરવારીને વિદાય થયા અને થોડી ક્ષણો પહેલાં 'પ્રમુખ' બનેલા સંત વાસણની ચોકડીમાં ધોતિયાનો કછોટો મારી વાસણ ધોવા બેઠા. એક ગુરુ પોતાના શિષ્યનાં એંઠાં વાસણ ધોતા હતા અને તે પણ કોઈને કહ્યા વગર! તેઓ ઉપદેશક નહીં ઉદાહરણરૂપ બન્યા છે.

સારંગપુરમાં જળજીલણી એકાદશીના ઉત્સવ પછી તો ભરબપોરે આરામનો ત્યાગ કરીને, સૌની જાણ બહાર! તેઓએ હરિભક્તોના મળથી ઉભરાતા ખાળકૂવા-સંડાસ સાફ કર્યાં હતાં. એ પણ એકલે હાથે. આવું તો કંઈકેટલુંય લોકોની જાણ બહાર તેમણે વર્તી બતાવ્યું હશે! ગુરુનું આવું વર્તન શિષ્યોને સહજ સેવાની પ્રેરણા આપે છે. આજે બી.એ.પી.એસ.ના ભવ્ય સમૈયા-ઉત્સવોમાં સ્વયંસેવકોને નિઃસ્વાર્થભાવે નાનામાં નાની સેવા નિઃસંકોચપણે કરતા જોઈને લોકોને અચરજ થાય છે કે આવી સેવાની ભાવનાઓ કેવી રીતે ઉદય થતી હશે? પણ તેના મૂળમાં છે પ્રમુખસ્વામી મહારાજનું વર્તન. તેઓએ વર્તીને લોકોને શીખવાડ્યું છે. તેમનું વર્તન એવું ઉચ્ચ કક્ષાનું હતું કે જેથી તેમના શબ્દોનું વજન પડતું.

વાણીથી નહીં, વર્તનથી બોલીશું તો વધુ સફળતા તો મળશે જ, પણ સાથે આપણને અંતરમાં સંતોષ થશે. વર્તન લોકોના હૃદયને સ્પર્શે છે અને પરિવર્તનનાં આંદોલનોને ઝંકૃત કરે છે. તો આવો, પ્રમુખસ્વામી મહારાજની જન્મ શતાબ્દીએ તેમના જીવનમાંથી પ્રેરણા મેળવીએ. ઉપદેશક નહીં, ઉદાહરણરૂપ બનીએ. વાણીથી નહીં, વર્તનથી બોલીએ.

સાંભળે જ છે

+ વાઈબ્સ

ડો. જ્ઞાનવત્સલ સ્વામી

વિશ્વના કાયદાના ઈતિહાસમાં એક અદ્ભુત, આશ્ચર્યજનક અને કોઈનેય વિશ્વાસ ન બેસે તેવો બનાવ બન્યો. ઓગણીસમી સદીની શરૂઆતમાં ઈંગ્લેન્ડની એકસ્ટર જેલની જોન લી નામની વ્યક્તિને ફાંસી આપવાની હતી. નિશ્ચિત કરેલી તારીખ અને સમયે ડૉક્ટરોએ જોન લીને તપાસી સ્વસ્થ જાહેર કર્યો. જેલના નિયમો અનુસાર લીને તેની અંતિમ ઈચ્છા પૂછવામાં આવી. તેણે કહ્યું કે, 'હું નિર્દોષ છું.' ન્યાયાધીશે તેના કથન પર ધ્યાન ન આપ્યું. સ્થાનિક રિવાજો પ્રમાણે પાદરીએ જોન લીના ગુના માટે ભગવાન પાસે માફી માગી. ન્યાયાધીશની દેખરેખમાં જ ફાંસીનો ગાળિયો લીના ગળામાં નાખવામાં આવ્યો. જલ્લાદોએ હુકમ મળતાં જ પગ નીચેનું પાટિયું ખેંચ્યું. પાટિયું સહેજેય હાલ્યું નહીં. જલ્લાદ જેઈમ્સે પાટિયાનું ફરી વાર પરીક્ષણ કર્યું તો તે સરળ હતું અને ખેંચાઈ જાય તેવું જ હતું. ફરી વાર ફાંસી માટે પાટિયું ખેંચ્યું તો ફરી વાર પણ સહેજેય ચસક્યું નહીં. ત્રીજી વાર ન્યાયાધીશે જાતે આવી પાટિયું તપાસી જોયું. તે બરાબર છે એમ જણાતાં ત્રીજી વાર જેઈમ્સે પૂરા જોશથી પાટિયું ખેંચ્યું, પણ સહેજેય ચસક્યું નહીં. પૂરી સાત મિનિટ સુધી લીને ફાંસી આપવાના પ્રયત્નો થતા રહ્યા, પણ કોઈ જ સફળતા મળી નહીં.

જલ્લાદ અને ન્યાયાધીશ બંને ગૂંચવાઈ ગયા. ન્યાયાધીશે ઉચ્ચતમ ન્યાયાલયમાં અરજી કરી ફાંસી માટે બીજી કોઈ તારીખ આપવા વિનંતી કરી. કાયદાની એવી કોઈ કલમ નથી કે એક વ્યક્તિને બે વાર ફાંસી અપાવે, જેથી ન્યાયાધીશની માગણીનો અસ્વીકાર થયો. જોન લી જેલમાંથી છૂટ્યો. પત્રકારોએ તેને ઉપરોક્ત ઘટના બાબતે પૂછતાં તેણે જણાવ્યું કે, 'હું નિર્દોષ હતો, પણ તે સાબિત કરી શકતો ન હતો. હું હૃદયથી પરમાત્માનું સ્મરણ કરતો રહ્યો અને તેણે મારો પોકાર સાંભળ્યો. તે અદૃશ્ય હાથે જ મને બચાવ્યો છે.'

ઉપરોક્ત પ્રસંગ વાંચીને આપણને મહાભારત ગ્રંથમાં આલેખાયેલી દ્રૌપદી ચીરહરણમાં કરેલી રક્ષાનો પ્રસંગ યાદ આવે. ભાગવતમાં વર્ણવેલી ગજેન્દ્ર મોક્ષની કથા પણ સ્મરણ થાય. પ્રમુખસ્વામી મહારાજ ઘણી વખત કહેતાં કે, 'ભગવાન આપણી પ્રાર્થના સાંભળે જ છે.' હા, પણ એના માટે જરૂરી હોય છે સાચો આર્તનાદ અને આર્તનાદ માટે આવશ્યકતા છે સાચી શ્રદ્ધાની.

પ્રમુખસ્વામી મહારાજના જીવનમાં ભગવાન પ્રત્યેની શ્રદ્ધા અખૂટ હતી. સન ૧૯૯૦ની સાલમાં પ્રમુખસ્વામી મહારાજ સત્સંગાર્થે લંડન ખાતે પધાર્યા હતા. એક રાત્રે લગભગ બે વાગ્યાના સુમારે સેવક સંતની આંખો ખૂલી ગઈ. એમણે જોયું તો સ્વામીશ્રી પોતાના પલંગમાં બેઠા બેઠા કંઈક કરતા હતા. આશરે ૧૫-૨૦ મિનિટ પછી સ્વામીશ્રી પુનઃ સૂવાની તૈયારી કરવા લાગ્યા. સેવક તરત જ સ્વામીશ્રી પાસે પહોંચી ગયા અને ટેકો આપતાં પૂછ્યું કે, 'સ્વામીબાપા! આપ અત્યારે અડધી રાત્રે શું કરતા હતા?' સ્વામીશ્રીએ કહ્યું કે, 'ભગવાનને પ્રાર્થના' સેવકે આગળ પૂછ્યું કે, 'શેના માટે?' ત્યારે સ્વામીશ્રી બોલી ઊઠ્યા કે, 'ગુજરાતમાં વરસાદ ખેંચાયો છે એટલે લોકો દુઃખી છે. માટે વરસાદ પડે એના માટે પ્રાર્થના કરતો હતો.' આપણે પણ ઘણી વખત પ્રાકૃતિક આપત્તિઓ આવવાના કારણે ચિંતિત થયા છીએ. ક્યારેક તો તે આપત્તિનો ભોગ સ્વયં પણ બન્યા છીએ. શું આપણે ક્યારેય રાત્રે ૨ વાગ્યે ઊઠીને શાંતચિત્તે ભગવાનને પ્રાર્થના કરી છે? એની સામે પ્રમુખસ્વામી મહારાજ દૂર દેશમાં રહ્યા છતાં પણ પર હિતાર્થે રાત્રે ઊઠીને પ્રાર્થના કરી હતી.

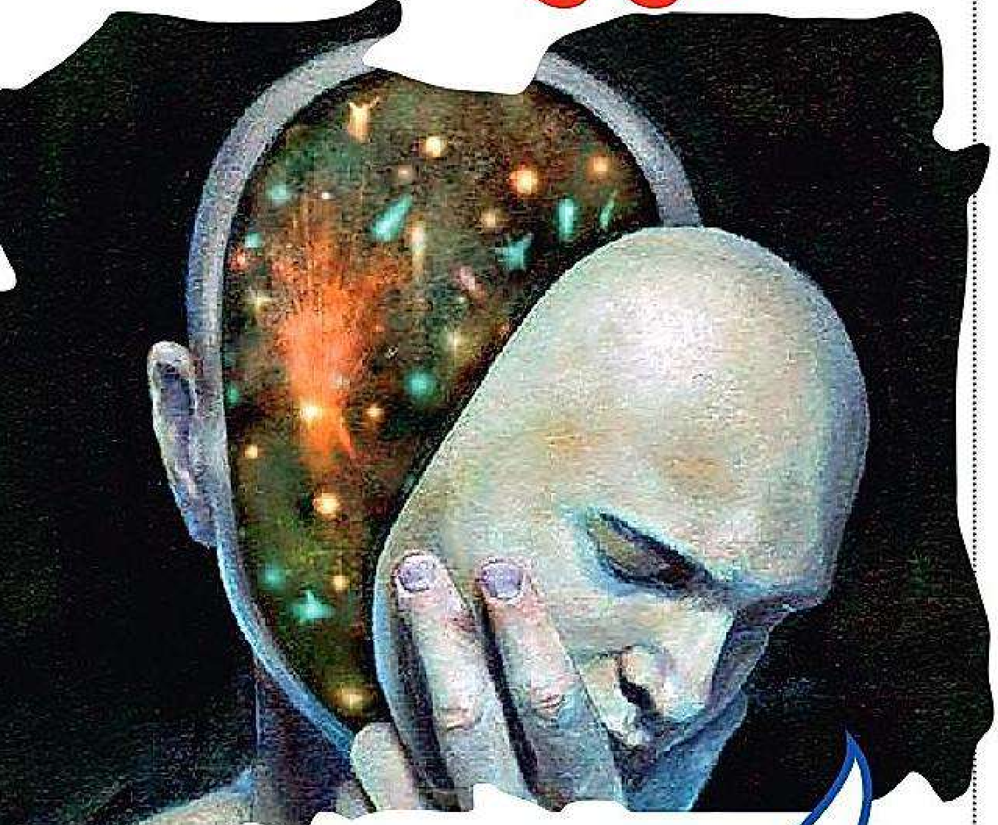
તેઓને કેટલો વિશ્વાસ હશે કે ભગવાન પ્રાર્થના સાંભળે જ છે. બાકી રાત્રે બે વાગ્યે ઊઠીને બંધ બારણે કરાયેલી આ પ્રાર્થનાની નોંધ કોણ લેવાનું હતું? છતાં તેઓએ આ રીતે પ્રાર્થનાઓ ઉત્સાહભેર કરી હતી.

ક્યારેક જીવનમાં એવા પ્રસંગો પણ બને કે પ્રાર્થના કરવા છતાં પણ આપણને ઈચ્છિત પરિણામ ન મળે અથવા વિલંબ પછી મળે. આવા સંજોગોમાં પ્રમુખસ્વામી મહારાજ કહેતા કે આમાં પણ ભગવાન જે કરે તે સારા માટે જ કરે.

If God answers your prayers, He is increasing your faith. If He delays, He is increasing your patience. If He does not answer, He knows you can handle it.

ઉપરોક્ત ત્રણે વાક્યોનો સાર એટલો તો નીકળે જ કે, ભગવાન પ્રાર્થના સાંભળે તો છે જ. કેવળ પ્રતિભાવ તેઓ સમય-સંજોગને ધ્યાનમાં રાખીને આપે છે. તો શું કામ આપણે તેઓના આશરે બેસીને નિર્ભય બની જીવન ન જીવીએ?

સ્વ સાથેનું યુદ્ધ



ખરેખર, આપણો શત્રુ આપણી અંદર જ છે. જે સતત આપણી પ્રગતિને રૂંધી રહ્યો છે, જે સતત આપણને નીચે તરફ ખેંચી રહ્યો છે. આપણી બરબાદી જ તેનું લક્ષ્ય છે. આ છે મન સાથેનું યુદ્ધ...

+ વાઈબ્સ

ડો. જ્ઞાનવત્સલ સ્વામી

'યુદ્ધ' શબ્દ સાંભળતાં મનના પડદા પર જાતજાતની છબીઓ આકાર લેવા માંડે. કોઈના મનમાં મહાભારતના યુદ્ધની તો કોઈને પ્રથમ કે દ્વિતીય વિશ્વયુદ્ધની.

જોકે, આ બધાં યુદ્ધો એક સમયે સમાપ્ત થયાં છે, પરંતુ એક યુદ્ધ અવિરત ચાલતું રહે છે, આપણી ભીતર ચાલતું મન સાથેનું યુદ્ધ.

આ પૃથ્વી પર પ્રત્યેક વ્યક્તિ કંઈકિટલાંય અરમાનો સાથે જીવનનો આરંભ કરે છે. સપનાં હોય છે. થનગનાટ અને તરવરાટ હોય છે, બુદ્ધિ, શક્તિ, ઉત્સાહનો ધસમસતો પ્રચંડ પ્રવાહ હોય છે, પરંતુ મન રૂપી શત્રુ લક્ષ્ય સુધી પહોંચવા દેતો નથી. રાત્રે નક્કી કર્યું છે કે સવારે વહેલું ઊઠવું જ છે અને ઘંટડી વાગતાં જ અંદરથી કોઈ કહે છે કે 'બસ! પાંચ મિનિટ!' અને આ યુક્તિથી છેતરાઈ પથી ૫૦ મિનિટ ખેંચી નાખે છે. કોણ છે એ? દર વખતે સ્કૂલ-કોલેજમાં નવા સત્રના પ્રારંભમાં શુભ સંકલ્પ કરીએ છીએ કે, આ વખતે પહેલેથી જ મહેનત કરવી છે અને કોઈ 'આવતી કાલથી શરૂ કરીશું' એમ કહીને છેતરી જાય છે. કોઈ ડાયેટિંગના શુભ સંકલ્પ કરે છે અને ભોજનના આસન પર જેવો બેસે છે અને 'આટલું તો ચાલે' એમ કહીને મીઠાઈ, ફરસાણ, ફાસ્ટફૂડ બધું જ હજમ કરાવી દે છે. 'હાર્યો જુગારી બમણું રમે ' કોણ છે જે એ કહે છે કે 'આ વખતે તો જીતી જઈશું!' આવી ઘટનાઓની લાંબી હારમાળા થઈ શકે તેમ છે.

આ વાંચતા કદાચ આપણા ચહેરા પર એક માર્મિક સ્મિત ઊભરી આવે, કારણ કે ક્યાંક આપણને આપણું પ્રતિબિંબ દેખાઈ ગયું હોય! ખરેખર, આપણો શત્રુ આપણી અંદર જ છે. જે સતત આપણી પ્રગતિને રૂંધી રહ્યો છે, જે સતત આપણને નીચે તરફ ખેંચી રહ્યો છે. આપણી બરબાદી જ તેનું લક્ષ્ય છે. આ છે મન સાથેનું યુદ્ધ. ભગવાન સ્વામિનારાયણ પોતાના વચનામૃતમાં આ બાબતનો ઉલ્લેખ કરતાં કહે છે કે, 'જીતં જગત હી કેન મનો હી યેન'. જેણે મન જીત્યું તેણે જગત જીત્યું. જિંદગીની બાજી જીતવા પહેલાં આપણી જાત સાથેના યુદ્ધમાં આપણે જીતવાની શરૂઆત કરવી પડશે. આપણે બહારના શત્રુઓ માટે જેટલા ગંભીર છીએ તેટલા ગંભીર મનશત્રુ સામે લડવા થવું પડશે. પ્રતિક્ષણ ખેલાતા આ આંતરિક યુદ્ધમાં જેમ જેમ આપણે જીતતા જઈશું તેમ તેમ બહારની દુનિયામાં આપણા વિજય નિશ્ચિત થતા જશે. આ મૂળભૂત જગ્યા છે જ્યાંથી મહાન પુરુષો અને સાધારણ માણસો વચ્ચેની ભેદરેખા ઘાટી થતી જાય છે.

બહુધા એવું નથી હોતું કે સફળ માણસોને વહેલા ઊઠવું, એક્સરસાઈઝ કરવી, વાંચન કરવું, મહેનત કરવી બહુ ગમતું હોય છે. તકલીફ તો તેમને પણ પડે છે, પણ જાત ઉપર કઠોર થઈને તેઓ મનનું થાર્યું થવા દેતા નથી.

પરંતુ પ્રશ્ન થાય છે કે મન સામેની લાચારી તો અમે પણ જાણીએ છીએ, પણ આ યુદ્ધમાં વિજય કેવી રીતે પ્રાપ્ત થાય? આ પ્રશ્નના ઉત્તરમાં ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ મન જીતવાનાં રહસ્યો ઉદ્‌ઘાટિત કરતાં જણાવે છે,

અભ્યાસેન તુ કૌન્તેય વૈરાગ્યેણ ચ ગૃહ્યતે ॥૪॥

હે કૌન્તેય! અભ્યાસ અને વૈરાગ્યથી મન વશ કરી શકાય છે.

અભ્યાસ એટલે લક્ષ્ય તરફ દોરી જતી સુટેવોનું, કાર્યોનું સતત પુનરાવર્તન અને વૈરાગ્ય એટલે લક્ષ્યથી વિચલિત કરતી વસ્તુઓથી દૂર રહેવું. આ રહસ્ય છે મનને જીતવાનું, જિંદગીને જીતવાનું. 'Change your Habits, Change your Life.' પુસ્તકમાં ટોમ કોર્લી નામના લેખકે ૨૩૩ Self made millionaires નો ૫ વર્ષ સુધી અભ્યાસ કરેલ સર્વે મૂક્યો છે. આ લોકોના જીવનમાં ચાર બાબતો સમાન જોવા મળી. નિયમિત સવારે વહેલા ઊઠવું, નિયમિત એક્સરસાઈઝ કરવી, નિયમિત વાંચન કરવું અને ટાઈમ બગાડનાર પરિબળોથી દૂર રહેવું. આ તારણ શ્રીકૃષ્ણ ભગવાને બતાવેલ રહસ્યની સાક્ષી પૂરે છે. સતત અભ્યાસ અને ધ્યેયથી દૂર લઈ જતાં પરિબળોથી વૈરાગ્ય.

ભગવાન સ્વામિનારાયણ કહે છે કે, 'મનુષ્ય દેહ કરીને ન થાય તેવું શું છે, જે નિત્ય અભ્યાસ રાખીને કરે તે થાય છે.' તો ચાલો કટિબદ્ધ થઈએ નિત્ય અભ્યાસ માટે, મન સામે દરરોજ લડવા માટે, જાત ઉપર કઠોર થવા માટે. પછી સફળતા આપને આશ્લેષમાં લેવા તત્પર થઈને પ્રતીક્ષા કરતી હશે.